PISMO RUCHU TWÓRCZEGO OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH

FILANTROP
naszych czasów

Nr (350) 1 ● Poznań ● styczeń 2024 ● Nr indeksu 327948 ● ISSN 1231-8876

FOT. MARCIN KACZYNSKI

Na zdjęciu Alicja Kanikowska, uczestniczka Środowiskowego Domu Samopomocy „Iskra" w Poznaniu ma czerwoną perukę. Gra rolę gwiazdy Michała Wiśniewskiego, który ma też czerwone włosy. Więcej w artykule „Album Gwiazdozbiory".

Str. 22 i 23

FINANSUJĄ

Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych

POWIAT POZNAŃSKI

PATRONUJE

FUNDACJA IM. KRÓLOWEJ POLSKI ŚW. JADWIGI

W NUMERZE:

W zimowym, świątecznym nastroju str. 2 i 3

Igrzyska naszych serc str. 6 i 7

Wieczór pełen czarów str. 10 i 11

Co za bal! str. 12 i 13

Śpiew jest modlitwą str. 15

Złoto dla każdego str. 18 i 19

Cudowne dzbanki, dywan i fortepian str. 26 i 27

Teatr w ciemności str. 29

Szopki z tysięcy zapałek str. 40

Z dziurami po kolana str. 42 i 43

Prace nagrodzone

Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych podsumował na swojej stronie internetowej XIX edycję Ogólnopolskiego Konkursu „Otwarte Drzwi" na najlepsze prace magisterskie oraz doktorskie, których tematem jest niepełnosprawność w wymiarze społecznym, zawodowym i zdrowotnym.

Pierwsze miejsce i nagrodę w wysokości 13 tysięcy złotych za pracę doktorską w kategorii rehabilitacja społeczna i zawodowa otrzymała praca Reginy Korzeniowskiej pod tytułem: „Inkluzja społeczna w doświadczeniach dorosłych osób z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu lekkim" napisana pod kierunkiem dr hab. Jarosława Bąbki, prof. Uniwersytetu Zielonogórskiego. Drugie miejsce i nagrodę w wysokości 11 tysięcy złotych w tej kategorii otrzymał Marcin Lerka za pracę pod tytułem: „Znaczenie kampanii społecznych w modyfikowaniu postaw młodzieży wobec osób z niepełnosprawnością" napisaną pod kierunkiem prof. dr hab. Mieczysława Dudka w Akademii Jagiellońskiej w Toruniu. Trzecie miejsce i nagrodę w wysokości 9 tysięcy złotych otrzymała Katarzyna Stein-Szała za pracę pod tytułem: „Zabawa we wspomaganiu rozwoju dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu" napisaną pod kierunkiem dr hab. Jarosława Bąbki, prof. Uniwersytetu Zielonogórskiego.

W kategorii dostępność dla osób ze szczególnymi potrzebami pierwsze miejsce i nagrodę w wysokości 13 tysięcy złotych otrzymała Katarzyna Binder-Olibrowska za pracę pod tytułem: „Badanie oczekiwań i potrzeb osób z niepełnosprawnością wzrokową wobec świadczeń podstawowej opieki zdrowotnej w Polsce" napisaną pod kierunkiem prof. Macieja Godyckiego-Ćwirko oraz dr hab. prof. Magdaleny Wrzesińskiej z Uniwersytetu Medycznego w Łodzi i ex aequo Monika Szczygielska za pracę pod tytułem: „Dostępność wydarzeń dla osób z niepełnosprawnością w Polsce" napisaną pod kierunkiem dr. hab. Agnieszki Szarkowskiej prof. Uniwersytetu Warszawskiego. Drugie miejsce i nagrodę 11 tysięcy złotych otrzymała Anna Lubarska za pracę pod tytułem: „Ocena dostępności przestrzeni turystycznej dla osób z niepełnosprawnościami" napisaną pod kierunkiem prof. dr hab. Aliny Zajadacz oraz dr. hab. Adama Szymaniaka prof. Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu. Miejsce trzecie i nagrodę w wysokości 9 tysięcy złotych otrzymał Łukasz Mikołajczyk za pracę pod tytułem: „Bezpieczeństwo osób niepełnosprawnych ruchowo w warunkach wymuszonej ewakuacji" napisaną pod kierunkiem dr hab. Ireneusza Dziubka prof. Akademii Kaliskiej.

W kategorii rozwiązania technologiczne i architektoniczne służące osobom z niepełnosprawnościami pierwsze miejsce i nagrodę w wysokości 13 tysięcy złotych otrzymał Adam Zając za pracę pod tytułem: „Społeczne problemy kreowania polityki dostępności architektonicznej dla osób o ograniczonej mobilności w przestrzeni publicznej. Przykład miasta Warszawy" napisaną pod kierunkiem prof. dr hab. Sławomira Łodzińskiego z Uniwersytetu Warszawskiego. Drugie miejsce i nagrodę w wysokości 11 tysięcy złotych otrzymała Anna Wojtas-Rduch za pracę pod tytułem: „Przestrzeń klasy integracyjnej" napisaną pod kierunkiem prof. dr hab. Zenona Gajdzicy z Akademii Pedagogiki Specjalnej im. Marii Grzegorzewskiej w Warszawie.

Nagrodzono także prace magisterskie nagrodami pieniężnymi w wysokości 7 tysięcy złotych (za pierwsze miejsce), 5 tysięcy złotych (za drugie miejsce) i 4 tysiące złotych (za trzecie miejsce). Pełna lista nagrodzonych prac magisterskich została zamieszczona na stronie internetowej www.pfron.org.pl

Oprac. KK.

Karolina Kasprzak
POZNAŃ

W warsztatach terapii zajęciowej, środowiskowych domach samopomocy oraz domach pomocy społecznej w ciągu całego roku odbywa się wiele zasługujących na uznanie działań twórczych. Uczestnicy biorąc udział w zajęciach terapeutycznych nabywają nowe umiejętności i rozwijają talenty w różnych dziedzinach sztuki. Tradycją jest wykonywanie kartek świątecznych. Autorów najpiękniejszych kartek bożonarodzeniowych nagrodził Oddział Wielkopolski PFRON.

We wtorek 12 grudnia 2023 roku w Hotelu Mercure w Poznaniu odbyła się uroczystość podsumowująca konkurs na najładniejszą kartkę bożonarodzeniową. W tym roku udział w konkursie wzięło blisko 50 placówek terapeutycznych z terenu województwa wielkopolskiego. Nadesłano łącznie ponad 200 prac.

Wszystkie wyróżniały się starannością w przygotowaniu, prezentowały indywidualny i niepowtarzalny styl, zachwycały umiejętnością doboru elementów, kolorystyką. Kapituła konkursu nie miała łatwego zadania.

W finale czwartej edycji konkursu na kartkę bożonarodzeniową pierwsze miejsce otrzymał Warsztat Terapii Zajęciowej w Kłodawie, drugie – Środowiskowy Dom Samopomocy w Gołańczy, a trzecie – Zespół Dziennych Domów Pomocy w Poznaniu Filia nr 5 „Klub Winogrady". Przyznano również 8 wyróżnień. Zwycięzcy otrzymali upominki oraz antyramy, które posłużą do oprawy plac plastycznych.

Gratulacje składała laureatom Anna Skupień, dyrektor Oddziału Wielkopolskiego PFRON. Wydarzenie uświetnił występem zespół klarnetowy pod kierunkiem dra Pawła Kroczka z Ogólnokształcącej Szkoły Muzycznej im. Jadwigi Kaliszewskiej w Poznaniu.

Uczestnicy uroczystości podsumowania konkursu na kartkę bożonarodzeniową podziwiają prace laureatów.

NAJPIĘKNIEJSZE KARTKI BOŻONARODZENIOWE

W zimowym, świątecznym nastroju

Pierwsze miejsce zajął Warsztat Terapii Zajęciowej w Kłodawie.

Występ zespołu klarnetowego pod kierunkiem dra Pawła Kroczka z Ogólnokształcącej Szkoły Muzycznej im. Jadwigi Kaliszewskiej w Poznaniu.

Pamiątkowa fotografia wszystkich laureatów.

FOT. (4X) KAROLINA KASPRZAK

Na likwidację barier

„Dostępna przestrzeń publiczna" – to program Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych, którego celem jest zapewnienie osobom z niepełnosprawnościami dostępu do przestrzeni publicznej, informacji i komunikacji, a także technologii, urządzeń oraz usług powszechnie dostępnych lub powszechnie zapewnianych, na zasadzie równości z innymi osobami.

Program składa się z czterech modułów. Moduł A to likwidacja barier architektonicznych lub informacyjno-komunikacyjnych przez jednostki samorządu terytorialnego lub ich jednostki organizacyjne. Moduł B opiera się na likwidacji barier architektonicznych lub informacyjno-komunikacyjnych przez kościoły lub inne związki wyznaniowe oraz ich osoby prawne. Moduł C to utworzenie dostępnych lub poprawa dostępności placów zabaw, a moduł D – likwidacja barier technicznych, informacyjno-komunikacyjnych oraz wyposażenie w technologie wspomagające i urządzenia umożliwiające skorzystanie przez osoby z niepełnosprawnością z usług świadczonych przez podmioty lecznicze.

30 listopada 2023 roku Rada Nadzorcza PFRON wprowadziła zmiany w programie, które dotyczą rozszerzenia adresatów programu o naczelne lub centralne bądź terenowe organy administracji rządowej oraz jednostki organizacyjne samorządu terytorialnego posiadające osobowość prawną, a także wprowadzenia nowego modułu E, w ramach którego organizacje pozarządowe będą mogły ubiegać się o dofinansowanie na likwidację barier architektonicznych i informacyjno-komunikacyjnych w placówkach służących rehabilitacji społecznej lub zawodowej. Pytania dotyczące programu można kierować na adres mailowy: dpp@pfron.org.pl oraz infolinię: 22 581 84 10 (należy wybrać 4). ***Oprac. KK.***

Dostępne uczelnie

Do 18 stycznia trwa nabór wniosków o dofinansowanie projektów w konkursie pod nazwą „Dostępność podmiotów szkolnictwa wyższego", realizowanym przez Narodowe Centrum Badań i Rozwoju. Projekty zgłaszane w konkursie można będzie realizować w ramach jednej z dwóch ścieżek: START albo ROZWÓJ. O tym, którą z nich wybrać, decydują sami wnioskodawcy, po dokonaniu oceny swojego stanu dostępności.

Nie od dziś wiadomo, że dostępna edukacja jest nie przywilejem, a należnym każdemu człowiekowi prawem. Realizacja projektów – jak informuje – Narodowe Centrum Badań i Rozwoju za pośrednictwem źródeł internetowych – ma służyć wzrostowi dostępności uczelni dla osób ze szczególnymi potrzebami wynikającymi ze stanu zdrowia – w tym osób z niepełnosprawnościami, studiujących, pracujących, współpracujących lub korzystających z oferty uczelni.

Ścieżka „Start ku dostępności" przeznaczona jest dla uczelni, które rozpoczynają swoją drogę z dostępnością lub podjęły już pierwsze działania w tym zakresie, ale ich efekty są niewielkie. Z kolei ścieżka „Rozwój w dostępności" przeznaczona jest dla uczelni, które rozpoczęły już działania w obszarze podnoszenia dostępności i stworzyły bazę, którą z powodzeniem będą mogły rozwijać w ramach projektu. Szczegółowe informacje na temat konkursu znaleźć można pod linkiem: https://www.gov.pl/web/ncbr/dostepnosc-podmiotow-szkolnictwa-wyzszego ***Oprac. KK.***

Ryzyko wykluczenia dotyczy różnych grup, między innymi osób z niepełnosprawnościami i ludzi starszych. Narażonych na nie jest aż około 4,7 miliona osób z niepełnosprawnością w Polsce, czyli 12,2 procenta naszego społeczeństwa. Aby wykluczeniu przeciwdziałać, niezbędne jest systematyczne pogłębianie wiedzy w temacie dostępności. Okazją ku temu była konferencja pod tytułem „Wizja – Wiedza – Wsparcie, czyli WWW o dostępności przestrzeni społecznej", zorganizowana w poniedziałek 11 grudnia 2023 roku w Hotelu Mercure w Poznaniu przez Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych.

PFRON wspiera dostępność, a jego działania ukierunkowane są na udzielanie informacji i realnej pomocy instytucjom oraz organizacjom, których zamierzeniem jest tworzenie środowiska

FOT. (3X) KAROLINA KASPRZAK

Anna Jung, wicestarosta Powiatu Gnieźnieńskiego.

Uczestnicy konferencji.

Z MYŚLĄ O DOSTĘPNOŚCI DLA WSZYSTKICH

Różni, ale równi

wolnego od barier i przyjaznego każdemu człowiekowi. Uczestników wydarzenia powitała dr Anna Skupień, dyrektor Oddziału Wielkopolskiego PFRON. Prezentacje wygłosiły osoby posiadające duże doświadczenie i bogatą praktykę zawodową w temacie dostępności.

Konferencja została podzielona na trzy części. W pierwszej części, zatytułowanej WIZJA, jako pierwsza głos zabrała Anna Jung, wicestarosta Powiatu Gnieźnieńskiego, która przygotowała wystąpienie „Nowe spojrzenie na politykę społeczną i dostępność osób z wszelkimi potrzebami". Prezentacja dotyczyła wykorzystania technologii we wspieraniu osób z niepełnosprawnościami, do których zaliczają się między innymi: telemedycyna, asystenci głosowi w szpitalach, smartwatche oraz aplikacje do monitoringu i zarządzania zdrowiem.

Sporo uwagi poświęcono zagadnieniu dostępności obiektów użyteczności publicznej. Doświadczeniem w tej kwestii podzielili się przedstawiciele instytucji kulturalnych, którzy na co dzień rozwiązania z zakresu dostępności wdrażają. O dostępności Muzeum Pierwszych Piastów na Lednicy opowiedziała Mariola Olejniczak, koordynatorka dostępności. Dla dzieci, młodzieży oraz dorosłych osób z niepełnosprawnościami organizowane są lekcje muzealne, warsztaty i spacery tematyczne. Muzeum realizuje program edukacyjny „Zobaczyć niewidzialne" dla niewidomych i słabowidzących, „Pokonać niemożliwe" – program edukacyjny dla osób z dysfunkcjami narządu ruchu, „Usłyszeć ciszę" – program edukacyjny dla osób niesłyszących oraz program „Uzyskać akceptację", adresowany do osób z niepełnosprawnością intelektualną. Każdy z tych programów umożliwia zapoznanie się z prezentacją zabytków, replikami średniowiecznej biżuterii czy na przykład różnego rodzaju skarbami i pamiątkami sprzed lat.

Anna Skupień, dyrektor Oddziału Wielkopolskiego PFRON.

W części WIEDZA prelegenci dzielili się doświadczeniami w temacie tworzenia treści zrozumiałych dla każdego, bezpiecznego środowiska pracy oraz wdrażania narzędzi usprawniających ewakuację osób z niepełnosprawnościami w przypadku zagrożenia.

Dr Natalia Marciniak-Madejska, dyrektor działu projektów rozwojowych SENSE Consulting przybliżyła temat uproszczonej komunikacji w urzędzie. Jak tworzyć pisma i treści na strony internetowe, aby były w pełni zrozumiałe dla osób ze szczególnymi potrzebami? Dlaczego osoby z niepełnosprawnością intelektualną potrzebują tekstów łatwych? Tworzenie takich treści ma istotne znaczenie, ponieważ jeśli osoby z niepełnosprawnością intelektualną nie otrzymają dobrej informacji, pozostaną na uboczu. Nie będą w stanie włączyć się w to, co dzieje się wokół nich i będą zmuszone czekać, aż inni ludzie dokonają wyborów i podejmą decyzje za nie. Odbiorcami tekstów łatwych są nie tylko osoby z niepełnosprawnością intelektualną, ale również osoby starsze, z trudnościami poznawczymi lub demencją, osoby głuche, słabowidzące oraz osoby, dla których język polski nie jest językiem ojczystym.

Kiedy słyszymy słowo „ewakuacja", natychmiast pojawia się w naszych głowach myśl o ucieczce. Jak sprawnie przeprowadzać ewakuację osób ze szczególnymi potrzebami opowiedział Bartosz Wadelski, specjalista z zakresu ewakuacji w firmie EnSafe.One produkującej krzesła, materace i maty ewakuacyjne. Okazuje się, że w przypadku ewakuacji osoby ze szczególnymi potrzebami z 69 piętra budynku przy użyciu krzesła ewakuacyjnego potrzeba około 75 sekund na każde piętro, a w przypadku ewakuacji bez krzesła czas ten wynosi około 310 sekund na jedno piętro. Zatem zastosowanie krzesła ewakuacyjnego nie tylko zapewnia bezpieczeństwo osobom ze specjalnymi potrzebami, ale też przyspiesza ewakuację. Prezentowane podczas konferencji krzesło ewakuacyjne Falcon jest wyposażone w wysuwany uchwyt teleskopowy, rozkładane uchwyty, samolotowe pasy bezpieczeństwa, podnóżek z blokadą schodową, uchwyty do przenoszenia i podłokietniki. Krzesło to umożliwia ewakuację po schodach w górę i przechodzenie przez przeszkody.

Ostatnia część spotkania, zatytułowana WSPARCIE, odnosiła się do prezentacji programów PFRON wspierających finansowanie dostępności, włączania społecznego z wykorzystaniem zasobów Ośrodka Wsparcia i Testów w Kaliszu, technologii wspierających różnorodność potrzeb użytkowników, a także możliwości likwidowania barier w budynkach użyteczności publicznej.

Dostępność to zagadnienie coraz bardziej dostrzegane w przestrzeni społecznej – przez przedstawicieli instytucji publicznych, placówek edukacyjnych, organizacji pozarządowych, środowisk kulturalnych. Poszerzanie wiedzy w tym obszarze jest kluczowe dla pełnego włączania osób ze specjalnymi potrzebami we wszystkie sfery życia. Brak zapewniania dostępności to nic innego jak wykluczenie i dyskryminacja, a dyskryminowany może czuć się każdy w jakiejś sytuacji – dla kobiet noszących szpilki czynnikiem zmierzającym do poczucia wykluczenia i dyskryminacji będą schody z powierzchnią kratowaną, dla osób poruszających się o kulach – kamienne i pełne dziur chodniki, a dla osoby z równoczesną dysfunkcją narządu wzroku i słuchu – brak pętli indukcyjnej w budynkach użyteczności publicznej. Konferencja PFRON w szerokim zakresie przybliżyła temat dostępności, a omawiane zagadnienia stworzyły uczestnikom okazję do refleksji nad projektowaniem przestrzeni bez barier.

KAROLINA KASPRZAK

Spotkanie andrzejkowe dla seniorów

Z okazji Międzynarodowego Dnia Osób Starszych, w piątek 24 listopada 2023 roku w hali widowiskowej Centrum Rehabilitacyjno-Kulturalnego w Konarzewie, Powiat Poznański zorganizował spotkanie andrzejkowe dla seniorów. W wydarzeniu tym uczestniczyła dziewięcio-osobowa delegacja osób w wieku senioralnym z gminy Kleszczewo.

Po uroczystym powitaniu przez władze powiatu rozpoczęła się wesoła zabawa. W programie przewidziano m.in. wróżby andrzejkowe, pokaz iluzjonisty, liczne konkursy z nagrodami i zabawę taneczną. Dla wzmocnienia sił witalnych uczestnicy spożyli ciepły i pożywny posiłek. Na koniec każdy z zebranych otrzymał drobny upominek i w doskonałych humorach seniorzy rozjechali się do swoich domów. Celem spotkania była integracja środowiska seniorów – mieszkańców powiatu poznańskiego.

HALINA JEGER Z SENIORAMI

FOT. ARCHIWUM STOWARZYSZENIA „POMAGAM"

FOT. KAROLINA KASPRZAK

Igrzyska naszych serc

10 listopada 2023 roku mogliśmy z radością spotkać się na kolejnych igrzyskach. W tym roku nosiły one nazwę „Igrzyska Naszych Serc". Pani dyrektor Anna Białobrzeska przywitała nas i wspomniała pana Witolda Gromadzkiego, który niedawno odszedł.

Pan Witold był inicjatorem tych igrzysk sportowych od 22 lat i bardzo nam przykro, że w tym roku nie mogliśmy się z Nim spotkać. Na początku igrzysk odbyła się przysięga wypowiedziana przez naszego uczestnika Piotra Śliwińskiego, którą poprowadziła kierownik Barbara Kucharska. Każdy z nas miał wolontariusza do pomocy, z którym wykonywaliśmy przeróżne konkurencje. Były to nie tylko zmagania sportowe, ale też zręcznościowe, plastyczne, fotograficzne i taneczne. Każdy z radością i uśmiechem wziął w nich udział.

Świetna zabawa sprawiała, że bardzo szybko minął nam czas, a otrzymane koszulki z napisem „Igrzyska Naszych Serc 2023" sprawiły nam miłą niespodziankę. Bardzo lubimy sportowe wyzwania i są one dla nas szansą na to, aby przełamywać własne bariery i ograniczenia. Dzięki sportowym konkurencjom możemy też się usprawniać, co daje nam wiele satysfakcji. Cieszymy się, że możemy pokazać innym co potrafimy, a sport jest dla nas bardzo ważny. Bardzo dziękujemy wszystkim za ten wspaniały dzień i z niecierpliwością czekamy na kolejne sportowe spotkanie za rok.

MIROSŁAWA PENCZYŃSKA
UCZESTNICZKA WTZ W SWARZĘDZU

FOT. (7X) ARCHIWUM SPDST W SWARZĘDZU

Joanna Piwońska Wiersze

Urodziłam się w malowniczym, rodzinnym mieście Gostynin. Od urodzenia jestem na wózku inwalidzkim, ponieważ moje schorzenie dotyczy niedowładu kończyn dolnych i ręki prawej. Jest to dziecięce porażenie mózgowe. Pomimo niełatwego życia staram się być silna. Wychodzę do ludzi i otwieram na nowe znajomości. Pisanie wierszy to moja życiowa pasja. Piszę o wszystkim, co nas tak naprawdę otacza. Przede wszystkim prosto, z potrzeby serca. Swoją twórczość bardzo chcę pokazać. Niepełnosprawny człowiek też ma swoją wartość. Jednak samemu trzeba to zobaczyć, taka jest prawda. Serdecznie wszystkich pozdrawiam.

BIAŁY DYWAN

Gdy biały dywan
Czasami naszą ziemię przykrywa,
Jest taka piękna i urokliwa.
Jednak zima już zanika.
Bardzo mało do nas wita.

Prawdę mówiąc, szkoda tak naprawdę.
Bo i za nią się tęskni człowiekowi czasem.

Za tym jak skrzypiała pod nogami.
Za lepieniem bałwana, kiedy byliśmy mali,
Za jazdą na sankach, oraz kuligami.
Za nacieraniem buzi małymi kuleczkami.
Zimo nasza kochana
Przyjdź do nas na trochę czasami.
Też za tobą tęsknimy,
Przeżycia dobre mamy.

PŁATKI ŚNIEGU

Kiedy z nieba lecą.
Są delikatne.
Mają taką lekkość.

Lecą zawsze wspólnie razem,
W jednym momencie.
W tym samym czasie.

Jakby piosenkę światu i nam grały.
Jest to widok wprost wspaniały.

Spotkanie ze świętym Mikołajem i kotem-maskotką.

Konkurencja pod nazwą ucieczka Mikołaja.

Która drużyna okaże się silniejsza?

MIKOŁAJKOWA SPORTOWA RYWALIZACJA

Szybkie pakowanie prezentów

Stowarzyszenie „SAMI SWOI Niepełnosprawni" w Mosinie (pow. poznański, woj. wielkopolskie) zorganizowało w sobotę 16 grudnia 2023 roku w hali widowiskowo-sportowej mosińskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji mikołajkowe zawody sportowe. Wzięło w nich udział ponad 70 osób, zarówno sprawnych jak i z niepełnosprawnościami. Wydarzenie zostało zorganizowane dzięki wsparciu finansowemu Urzędu Miasta i Gminy w Mosinie.

Dużą atrakcją tego spotkania był Mikołaj i Mikołajka na rowerze-tandemie. Nim przywitali się z każdym z uczestników imprezy, objechali halę przypominając o zbliżających się świętach Bożego Narodzenia. Uczestników spotkania oraz zaproszonych gości przywitała Violetta Bartnikowska, prezes Stowarzyszenia „SAMI SWOI Niepełnosprawni" w Mosinie.

Przeprowadzone zostały następujące konkurencje sprawnościowe: pakowanie prezentów (zadaniem trzyosobowej drużyny było zapakowanie prezentów w jak najkrótszym czasie), transport prezentów (trzyosobowa drużyna, w skład której wchodziła przynajmniej jedna osoba na wózku po kolei przenosiła prezenty z linii startu na linię mety), Mikołaj wrzuca prezenty do komina (konkurencja ta polegała na biegu lub szybkim spacerze trzyosobowej drużyny po wyznaczonej linii i wrzuceniu prezentu do komina przy czym należało ominąć pachołek i wrócić jak najprędzej na linię startu), ucieczka Mikołaja (reprezentant trzyosobowej drużyny biegł na linię mety omijając pachołek) oraz konkurencja pod nazwą przeciąganie liny, w której rywalizowały dwie drużyny, wygrywała drużyna silniejsza. Po zakończeniu danej konkurencji przez daną drużynę przystępowała do niej następna.

W zawodach wzięli udział reprezentanci Stowarzyszenia „Nasz Dom – Nasz Świat", Stowarzyszenia „MOST", Fundacji „Niesiemy Nadzieję", Stowarzyszenia „SAMI SWOI Niepełnosprawni", Środowiskowego Domu Samopomocy w Mosinie oraz Szkoły Podstawowej im. 15 Pułku Ułanów Poznańskich w Krośnie. Najwięcej punktów we wszystkich konkurencjach uzyskała drużyna „Leszczyńscy Wymiatacze" Stowarzyszenia „Nasz Dom – Nasz Świat".

Stowarzyszenie „SAMI SWOI Niepełnosprawni" w Mosinie wspiera osoby ze znaczną i głęboką niepełnosprawnością sprzężoną organizując dla nich różnego rodzaju aktywności rehabilitacyjno-rekreacyjne, by mogły bez przeszkód integrować się ze społecznością lokalną. Najważniejszym celem Stowarzyszenia, który został już osiągnięty, było utworzenie środowiskowego domu samopomocy. W planach są kolejne inicjatywy ukierunkowane na zapewnienie osobom z niepełnosprawnością sprzężoną godnych warunków życia.

KAROLINA KASPRZAK

Każdy mógł zrobić sobie pamiątkowe zdjęcie.

Występ uczniów Szkoły Podstawowej im. 15 Pułku Ułanów Poznańskich w Krośnie.

FOT. (5X) KAROLINA KASPRZAK

Pływak z sukcesem we Włoszech

Szymon Gromada z Kędzierzyna-Koźla jest osobą z zespołem Downa. Choruje na wrodzoną wiotkość mięśni i niedoczynność tarczycy. Diagnoza była szokiem dla jego rodziców i starszej siostry, ale wiedzieli, że muszą zawalczyć o zdrowie, sprawność i niezależność. Zaraz po narodzinach rozpoczęła się intensywna rehabilitacja chłopca. Jako dziecko bał się wody. Dziś ma na swoim koncie wiele sukcesów. Został drugim wicemistrzem Europy w pływaniu osób z zespołem Downa stylem motylkowym na dystansie 200 metrów w kategorii open. Zawody odbyły się we włoskiej Padwie.

Szymon zdobył również brązowe medale na Mistrzostwach Świata Canicross Adapter Sport 2018 i Roll Pulka 2020 XIX Lubieszowski Cross. Pływanie to jego największa pasja. Zawsze lubił być aktywny. Uczył się w szkole podstawowej z oddziałami integracyjnymi w Zdzieszowicach. W tej szkole miał okazję rozwinąć skrzydła i posiąść pewne umiejętności, także dzięki zaangażowaniu tamtejszych nauczycieli i pedagogów specjalnych. Natomiast od klasy siódmej edukację kontynuował w Zespole Szkół Specjalnych w Kędzierzynie-Koźlu. Nie musiał dojeżdżać już na zajęcia, dzięki czemu zyskał więcej czasu na uprawianie sportu.

Sporo trenuje. Cztery razy w tygodniu bierze udział w treningach pływackich w Gliwicach, gdzie doskonali umiejętności pływackie pod okiem profesjonalnych trenerów. Ogromnym wsparciem są dla Szymona rodzice – ojciec zawozi go na treningi, mama czuwa nad wszystkim. Jest zapalonym kibicem. Stara się nie opuszczać żadnego meczu swojej ulubionej drużyny ZAKSA Kędzierzyn. Młody pływak chce poprawić swoje „życiówki" (dotychczasowe rekordy osiągnięte w pływaniu przyp. red.) i zdobywać coraz lepsze wyniki. Jego motto brzmi: dam radę!

OPRACOWAŁ
KRYSTIAN CHOLEWA

FOT. ARCHIWUM RODZINNE

Uczestnicy Środowiskowego Domu Samopomocy „Gościnni" w Kórniku śpiewają kolędę „Wśród nocnej ciszy".

Kinga Maciejewska (z lewej) i Karolina Joksz.

Występują uczniowie Szkoły Podstawowej nr 2 w Puszczykowie.

ŚWIĄTECZNY NASTRÓJ W PUSZCZYKOWIE

Wieczór pełen czarów

Anioł XXI wieku, zapach cynamonu i pierników, radość z nadchodzącego narodzenia Pana, życzenia z opłatkiem i w blasku świec. Tymi właśnie akcentami uczestnicy placówek terapeutycznych z powiatu poznańskiego rozpoczęli przygotowania do świąt Bożego Narodzenia. W uroczysty nastrój wprowadził ich kolejny „Wieczór z Aniołami", który w czwartek 7 grudnia 2023 roku zorganizowała Fundacja Polskich Kawalerów Maltańskich – Pomoc Maltańska prowadząca Dom Pomocy Maltańskiej w Puszczykowie.

Wydarzenie odbywające się dorocznie w sali Jana Pawła II Kościoła św. Józefa Oblubieńca Najświętszej Maryi Panny w Puszczykowie jest inicjatywą ukierunkowaną na integrację i prezentację zdolności osób z niepełnosprawnościami w różnych dziedzinach sztuki. „Wieczór z Aniołami" rozpoczął się jak zwykle od przedstawienia teatralnego zatytułowanego „Pięciu aniołów w niebie mieszkało", w wykonaniu uczestników Domu Pomocy Maltańskiej w Puszczykowie. Tym razem był to mini-spektakl pod tytułem „Wdowi grosz" przygotowany pod kierunkiem pedagoga i autorki scenariusza Lidii Łubińskiej. Spektakl był opowieścią o tym, jak Chrystus narodził się w człowieku. Aktorzy przypomnieli zebranym, że każdy człowiek posiada coś, czym może podzielić się z potrzebującym i wcale nie musi być to duża suma pieniędzy.

Na „Wieczór z Aniołami" przybyli liczni goście, a wśród nich – Antoni Kalisz, członek Zarządu Powiatu w Poznaniu, Marzena Fiedler, radna Powiatu Poznańskiego, Elżbieta Bijaczewska i Alfreda Brączkowska – radne Miasta Puszczykowa, Andrzej Baehr, dyrektor Zarządu Fundacji Polskich Kawalerów Maltańskich – Pomoc Maltańska, Tomasz Woźnica, wicedyrektor Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie w Poznaniu, dyrektorzy i kierownicy placówek terapeutycznych, specjalnych ośrodków szkolno-wychowawczych i innych instytucji oświatowych.

Tradycyjnie też można było wysłuchać kolęd i pastorałek w wykonaniu uczestników warsztatów terapii zajęciowej i środowiskowych domów samopomocy. Wystąpił między innymi Jarosław Trepto z WTZ w Boduszewie, Jacek Perka z WTZ w Drzązgowie, Monika Andrzejewska z WTZ „Promyk" w Konarzewie, Piotr Iwański z WTZ „Roktar" w Tarnowie Podgórnym, zespół Środowiskowego Domu Samopomocy „Gościnni" w Kórniku, Maciej Przybylski z WTZ „Wspólna Droga" w Luboniu, Gabriela Mueller z WTZ „Roktar" w Tarnowie Podgórnym oraz duet – Kinga Maciejewska i Karolina Joksz z Domu Pomocy Maltańskiej w Puszczykowie. Wystąpiła również grupa blisko 40 uczniów Szkoły Podstawowej nr 2 w Puszczykowie, tworząca zespół pod osobliwą nazwą „Puszcza Band" pod kierunkiem Krzysztofa Grzegorzycy. Był to ciekawy i żywiołowy występ.

KAROLINA KASPRZAK

FOT. (4X) KAROLINA KASPRZAK

Aktorzy spektaklu pod tytułem „Wdowi grosz" kłaniają się przed publicznością.

Co za bal!

Czas, jak wiadomo, wszystko zmienia, na dodatek w każdej dziedzinie. A jednak niektóre zjawiska trwają w najlepsze i trzymają się tak samo mocno, jak kiedyś. Na przykład Sylwester. To ciągle bal w ciągu roku najbardziej oczekiwany, uroczysty i wyjątkowy. Moja sąsiadka tłumaczyła mi kiedyś prosto z mostu:

„A kiedy bym mogła założyć nową, odświętną kieckę gdyby nie ta jedna noc? Na imieniny do koleżanki? Na święta taka też nic a nic nie pasuje. A tak pójdę do fryzjerki, zrobię maseczkę z ogórków, dziesięć lat mi ubędzie, a jak która znajoma mnie zobaczy, oszaleje! Myślisz, że mój stary zafundowałby mi to wszystko bez okazji? Ile to by było gadania, że może jeszcze nie teraz! Zobaczę go w smokingu, tylko dam spodnie do rozszerzenia, pójdziemy z siostrą i jej mężem. Raz w roku chłopa wyciągnę, może nawet coś zatańczymy?" Drogo? A co tam! Kiedy się pokazać, jak nie w taką szaloną noc? Niech znajomi widzą, że my nie od macochy i umiemy zaszaleć! Lubię zarobić, lubię stracić! A te trzy wydatne wałki z przodu panie zawsze mogą przykryć wytwornym szalem, albo zaczekać, gdy już oczy balowiczów są łaskawsze i mniej ostre, po pierwszej kolejce płynów rozweselających.

Oczywiście jeszcze większa grupa rodaków twierdzi, że najlepiej jest na domówkach, bo to i większy luz i wyjść można o każdej porze i zawsze to taniej. Obie strony mają rację. Zresztą zawsze można stosować płodozmian: rozpocząć rok na balu, potem pójść na kilka domówek. Albo iść na całość i zostać tylko z ukochaną osobą.

Prowadziłem w życiu jako wodzirej mnóstwo bali i Sylwestrów, uważam się za weterana pracy tego rodzaju wykwintnych spotkań towarzyskich. Mogę nawet napisać podręcznik dla wodzirejów. Prawdę mówiąc, bale najwyższej klasy zdarzają się, ale normą niestety w żadnej mierze nie są. Wszystko zależy od balowiczów, ich kultury, poczucia humoru i chęci zabawy. Gdy zbierze się wystarczająco duża gromadka sympatycznych osób, dla których taki wieczór stanowi najprzyjemniejsze pożegnanie starego, a zarazem przywitanie nowego roku, potrafią wciągnąć do zabawy całą resztę. Właśnie dlatego wspaniałe bale zdarzają się niekoniecznie w dużych miastach, albo reprezentacyjnych salach. Pamiętam w najmilszych zakamarkach pamięci Sylwestry w pewnym hotelu w Pile, gdzie było uroczo i wesoło. Dwa lata później w tej samej Pile, choć w innym miejscu, przeżyłem gehennę, bo

RYS. ZBIGNIEW NOWAK

główną rozrywką panów stało się rzucanie pod nogi tańczących „strzelających pluskiew". Po nadepnięciu takiej rozlegał się donośny huk i widać było błysk. Po każdym takim wybuchu część obecnych pokładała się ze śmiechu...

Wodzirej musi jakoś zacząć bal, najlepiej poprosić wszystkich do poloneza. Dopiero po sukcesie filmowej wersji „Pana Tadeusza", większość rodaków zorientowała się, że to taki narodowy taniec i z chęcią zabiera się do jego wykonania. To nic, że spora część panów łapie partnerkę w pasie jak do walca i trzeba najpierw cierpliwie uczyć „instrukcji obsługi", ale kiedy już wszyscy po tańcu rozchodzą się do stolików, widać ogóle zadowolenie. Udało się! Będzie co dzieciom opowiadać!

Zawsze w takiej chwili przypominam sobie moich rodziców, kochających taniec i przynoszących z kolejnych balów jakieś drobne nagrody za zwycięstwa w konkursach na najlepiej odtańczonego mazura, kujawiaka, czy polkę. Dla nich, w latach pięćdziesiątych i sześćdziesiątych, przyjemność płynąca z takiego przetańczonego wieczoru nie miała sobie równej. W karnawale co sobota skrzykiwało się kilka znajomych małżeństw, by wspólnie pójść i razem zaszaleć. Na słupach ogłoszeniowych w mieście pojawiały się informacje, zawsze o tej samej treści: „W sobotę od godziny 20.00 zapraszamy na bal. Orkiestra doborowa, bufet obficie zaopatrzony". „Orkiestrę" stanowiło na ogół czterech, czasem pięciu muzyków, a ten bufet, w ramach ceny wstępu, stanowił około północy kawałek kiełbasy na ciepło z bułką i kawa. Dobre i to! Ten zwyczaj nie minął, znam małżeństwa z ogromnie długim stażem, chodzące w karnawale na bale co tydzień.

Tej miłości do tańca niestety po rodzicach nie odziedziczyłem. Wśród stu pierwszych przyjemności, jakie mi przychodzą do głowy, nie ma wspólnego podrygiwania. Owszem, nauczono mnie kroków i figur ze trzydziestu najpopularniejszych tańców polskich i światowych, ale z nieprzymuszonej woli pląsam pewnie raz na dwa lata. Jednak uczciwie muszę dodać, że to wyznanie nie dotyczy okresu mojej młodości. W czasach licealnych i studenckich chodzenie na imieniny i urodziny, a jak mówiła mama mojej koleżanki, wieczorki tańcujące, było czymś nadzwyczaj miłym i pożądanym. Dziewczyny zawsze w niedzielnych kieckach, a my w garniturach. W tym czasie nikt nie wyobrażał sobie innych ubiorów, nawet Presley występował w garniturze. Zawsze w którymś momencie, oczywiście nie wiadomo z jakiej przyczyny, gasło światło i zaczynało całowanie. Jak na dzisiejsze standardy było absolutnie niewinne, bo właściwie odbywało się w tańcu. No, może na chwilę pląsy przystawały. Jasne, że muzyka musiała

być odpowiednio nastrojowa, zresztą prywatki organizowali tylko ci, którzy mieli gramofon, a później także magnetofon i stosowne, także w charakterze, utwory. Z gramofonu, najczęściej „Bambino", puszczało się pocztówki dźwiękowe z modnymi przebojami. Elvis Presley, Cliff Richard, The Beatles, Czerwono-Czarni, potem Czerwone Gitary... To dziwne, ale do dziś pamiętam przy jakiej piosence Niemena całowałem się z Marylą, a jaki przebój Brendy Lee towarzyszył przytulaniu Krysi. Pamięć bywa przyjemnie posłuszna!

A cośmy tańczyli? Mniej więcej to samo, co dziś, choć są tańce, jakich sława bezpowrotnie przeminęła. Komu coś mówi na przykład nazwa madison, nie wspominając już o jakichkolwiek krokach? Na pewno we wspomnieniach został twist, w tamtych czasach każdy chłopak starał się wyginać maksymalnie mocno, mój kolega z równoległej klasy potrafił tak efektownie przechylać się do tyłu, że niemal dotykał koszulą podłogi. Do tego stylowo skręcał się, jakby chciał wycierać plecy ręcznikiem i robił te szybciutkie skręty nogami! Strasznie mu zazdrościłem, bo zawsze wygrywał zakłady na najbardziej „gibkiego", a w nagrodę wybierał trzy dziewczyny, które musiały się z nim pocałować!

Nawiasem mówiąc, twist jest koronnym przykładem tego, że taniec, jak wszystko na tym świecie, może być kolosalnym interesem. Widziałem kiedyś dokument na ten temat, więc jestem mądraliński. Zaczęło się od prostej, rytmicznej melodyjki, która aż prosiła się o podkreślenie jej łatwym tańcem. Postanowiono, że w dobie kwitnącego już rock and rolla, musi to być coś, co można tańczyć samemu. A na końcu znaleziono czarnoskórego piosenkarza, Chubby Checkera, który to wykonał. Sukces był ogólnoświatowy, w sensie finansowym jeden z największych w historii muzyki rozrywkowej.

Moim koronnym tańcem, na który kilka razy poderwałem dziewczyny, był charleston. Nauczyłem się podstawowego, charakterystycznego „szurania" nogami i, powiem skromnie, nigdy tego nie żałowałem. Też się nacałowałem! A pierwszą randkę również zaliczyłem dzięki charlestonowi... Ach, ta Beata... Na osobną wzmiankę zasługuje hula-hop. To właściwie nie był taniec, tylko rodzaj ćwiczenia z obręczą. Chodziło o to, żeby tę obręcz, nasuniętą przez głowę, przesuwać za pomocą ruchów tułowia od pasa w górę i w dół w taki sposób, by utrzymać ją w powietrzu jak najdłużej. Rzecz wymagała dużo miejsca, na każdym podwórku i na każdym balu przeprowadzano stosowny konkurs. Organizowano nawet coś w rodzaju mistrzostw świata, a zdobywca złotego medalu potrafił kręcić obręczą przez bodaj czternaście godzin! Biedny człowiek! W każdym razie i u nas każda rodzina marzyła, żeby posiadać tę obręcz. Prywatne zakłady rzuciły się do ich produkcji z drewna, a nawet drutu obciągniętego materiałem. Ten interes z łezką w oku wspominali przez lata rzemieślnicy, bo kręcił się naprawdę znakomicie!

Ostatnią super-modą taneczną, były chyba „kaczuchy". Kilku rzutkich facetów z branży rozrywkowej postanowiło wylansować starą, ludową piosenkę szwajcarską, jako nowy przebój, również w formie tanecznej. Pomógł w tym przedsięwzięciu niemiecki choreograf, brytyjski aranżer i amerykański autor tekstów piosenek. Rzecz udała się nadzwyczajnie, przez kilka lat nie było w Europie żadnej potańcówki, dancingu, czy balu, której uczestnicy, przynajmniej raz podczas wieczoru, opuściliby „kaczuchy". Pieniądze może nie leżą na ulicy, ale na parkietach sal już tak.

Do obowiązków wodzireja, poza kilkoma tańcami w jakich biorą udział wszyscy balowicze, należy przeprowadzenie kilku konkursów. Muszą być łatwe, albo dowcipne. Tylko co to znaczy łatwe? Do dziś zachowałem co lepsze odpowiedzi. Kiedyś poprosiłem jakąś damę, by powiedziała, w którym wieku była bitwa pod Grunwaldem. Na to pani: „W wieku czterdziestu lat!" Proszę pana, jesteśmy w Poznaniu, proszę o wymienienie jakiejkolwiek rzeki w Polsce, poza Wisłą i Wartą. Myślał i myślał, aż w końcu wykrztusił: „Jezioro Bodeńskie!" Na prośbę o wymienienie ulubionej polskiej poetki, pani wypaliła: „Irena Santor", a jeszcze inna pytana o jakąkolwiek górę w Polsce, triumfalnie wrzasnęła „Gopło!" Czy Kraków był stolicą Polski? „Nigdy w życiu. Stolicą zawsze była Warszawa i raz Legnica!" Wymieni pani nazwisko jakiegoś piłkarza? „Wisła Płock". Zna pan jakąś gwiazdę polskiej piosenki przedwojennej? „Oczywiście! Bolesław Prus!"

Wodzirej zaczyna swoją pracę zawsze od rozmowy z głównym organizatorem, na której ustala się wszelkie szczegóły. Panowie prezesi i dyrektorzy naprawdę potrafią w takich rozmowach zaskakiwać. Z reguły przedstawiają omawiane przedsięwzięcie jako coś absolutnie wyjątkowego, co jeszcze w historii tej miejscowości nigdy nie miało miejsca. Pamiętam takiego, który w rozmowie usiłował się zachowywać z najwyższą klasą. „Wie pan, gwarantuję, u nas przez cały bal, aż do rana, nikt nawet marynarki nie rozepnie, taka niebywała kultura." Po półgodzinie od zaczęcia balu zauważyłem, że pan prezes w niebywale ostrym tempie opróżnia kieliszeczki. Gdy zasiadał po tańcu przy stole, zdejmował marynarkę i z okrzykiem „A teraz przyszliśmy na jednego" wlewał zawartość w gardło. Dokładnie o 23.10 ułożył głowę na stole, a głośnie chrapanie zwieńczyło jego wieczór. Następnie czwórka pracowników przeniosła go do taksówki i tyle go widziałem.

Skoro już o balach i mojej działalności w charakterze wodzireja mowa, muszę się pochwalić, że jeden raz przyczyniłem się walnie do uratowania pewnej spółdzielni pracy. Jej prezes na spotkaniu bez ogródek oświadczył, że firmie, jakiej przewodzi, grozi zamknięcie. Coś, co produkowali, wymagało jakiegoś surowca osiągalnego wyłącznie za dewizy. Było to w końcówce lat osiemdziesiątych, o dolary było wyjątkowo trudno. Sytuację mógł uratować jedynie ważny wicedyrektor z ministerstwa, który takie środki, czyli po prostu dolary, przyznawał. Jego teściowa, do której czasami przyjeżdżał, mieszkała koło wspomnianej spółdzielni. Chytry plan polegał na tym, żeby tego urzędnika zwabić z małżonką na bal, gdzie byłby honorowym gościem i w jego trakcie przekonać go do złożenia stosownego podpisu. „My już wszystko przygotowaliśmy", wyjaśniał mi prezes. „Wynajęliśmy najładniejszy klub w mieście. Z zakładów mięsnych, gdzie pracuje mój brat, dostaniemy najlepsze szynki, zrobi się sałatki, whiskey i wódkę kupimy w „Peweksie", najlepsza orkiestra z miasta będzie przygrywać. Na wszelki wypadek przygotujemy striptiz, chociaż on z żoną przyjedzie. Reszta w pana ręku. Muszą być ze trzy konkursy, jasne, że on wygra wszystkie, tylko żeby pan podał mi dobre odpowiedzi, to on je powie. Czwarty konkurs będzie dla kobiet, żeby ona też coś wygrała. Już mam dla nich na nagrody serwis fajansowy na sześć osób z Włocławka, wędkę składaną i taki komplet nieprzemakalny, spodnie i kurtkę, bo on ryby łowi. A dla niej na nagrodę mam ekstra japońską suszarkę do włosów. Z biura przyjdą trzy ładne dziewczyny, bez mężów, to pan kilka białych tańców zrobi, żeby mogły z nim tańczyć. No i niech pan te pytania z odpowiedziami mi nadeśle! Trzeba uważać, to jołop!"

„Drogiego nam gościa z małżonką" przywitały najpierw brawa załogi, potem prezes, a na końcu ja. Pierwszy konkurs poszedł gładko, bo zgodnie z instrukcją reszta startujących podała złe odpowiedzi. Dyrektor był uradowany: „Patrz Zosia, jaki my ładny serwis dostali!" Przy drugim poszło gorzej, bo „Johnny Walker" znalazł w nim zbyt pośpiesznego wielbiciela, ale wszyscy uznali, że można uznać, że film „Krzyżacy" opowiada o potopie szwedzkim, bo to też „wrogowie Polski". Przed trzecim konkursem przyleciał prezes i mówi, żeby zmienić pytania, bo słowa „Sztokholm" w tym stanie, w jakim jest, „za Boga nie wypowie", a w ogóle to musi odpowiadać na siedząco, bo już nie wstanie z krzesła. Więc zapytałem dyrektora głośno, czy stolicą Polski jest Warszawa. Kiwnął głową, przyznałem mu komplet rybacki, dostał brawa. Niespodziewanie dla mnie, najtrudniejszy okazał się konkurs taneczny, bo wobec śpiącego na krześle męża, ja musiałem być partnerem dyrektorowej. No cóż, czego się nie robi dla ratowania spółdzielni! Pani była dość niska, ale w trzech najważniejszych wymiarach rozmiaru XXXL. Taniec z nią przypominał co żywo przesuwanie fortepianu po plaży. Najgorsze, że kilka razy stanęła mi na lewej stopie, ale złamania na szczęście nie było.

Upadku spółdzielni też nie, bo po powrocie do Warszawy, bardzo zadowolony dyrektor przyznał stosowne dewizy... I jak mam się nie czuć prawdziwym bohaterem?

ANDRZEJ LAJBOREK

ROBERT HALAJDA

PAMIĘTAJMY

Gdy już razem przy stole usiądziemy
I opłatkiem dzielić się przyjdzie czas.
To wspomnijmy, że na tym ziemskim padole,
Wielu osób nie ma już wśród nas.....

I kiedy życzenia składać będziemy,
Wspomnijmy bliskich, których już nie ma.
Odeszli za szybko, nie zapomnimy,
Zabrała Ich nam matka Ziemia...

Pamiętajmy też o tych, którzy zostali sami,
Bo Oni bardzo potrzebują wsparcia,
Pomimo, że w domach nie są z nami,
Warci są również łezki smutku otarcia....

A zatem wesoło spędźmy te Święta,
Składajmy życzenia, bo tak przystoi.
Lecz niechaj każdy z nas pamięta,
Że zapomnienie często bardzo boli...

Dziadek Henryk

22 stycznia obchodzony jest Dzień Dziadka. To okazja, aby podziękować naszym dziadkom za obecność i wspomnieć tych, którzy odeszli. Mój dziadek zmarł 17 lat temu. Zapamiętałem go jako dobrego, pracowitego, uczciwego i skromnego człowieka. Nie miał łatwego życia, ale pomimo tego założył swoją rodzinę, którą zawsze stawiał na pierwszym miejscu i wspierał ją do ostatnich chwil życia.

Był to ojciec mojej mamy. Drugiego dziadka (od strony taty) nie było mi dane poznać, gdyż zmarł dwanaście lat przed moimi narodzinami. Samodzielnie wybudował dom wraz z zabudowaniami gospodarczymi. Przez wiele lat wspólnie z babcią prowadził gospodarstwo rolne, jednak największą przyjemność sprawiały mu prace ciesielsko-stolarskie – z zawodu był cieślą. Z drewna potrafił wykonać wszystko: schody, boazerię, domek dla kur i królików.

Dziadek miał pasję, którą były gołębie pocztowe. Poświęcał im cały wolny czas. W gołębniku mógł spędzać całą niedzielę – od momentu, gdy gołębie wyleciały do chwili, kiedy po locie wróciły do gołębnika. Była to dla niego odskocznia od problemów. Każdego wieczoru o godzinie 19.30 dziadek oglądał wiadomości w telewizji. Interesował się tym, co się działo na świecie i w kraju. Po obejrzeniu wiadomości kładł się spać.

Przez 45 lat pracy zawodowej na budowie nigdy nie doszło do żadnego wypadku za jego przyczyną. Często go odwiedzaliśmy. Po śmierci babci każde święta Bożego Narodzenia dziadek spędzał z nami. Był czas na rozmowy i śpiewanie kolęd. Dziadek zawsze powtarzał, że zdrowy człowiek nigdy nie uwierzy cierpiącemu, póki sam cierpienia nie doświadczy.

KRYSTIAN CHOLEWA

Dobre myśli o pokój i miłość

15 grudnia 2023 roku w restauracji „Bambaryła" w Tulcach odbyło się spotkanie wigilijne Bożego Narodzenia przy stole kombatantów, klubowiczów i pracowników Ośrodka Pomocy Społecznej.

Gośćmi byli: Bogdan Kemnitz, wójt Gminy, Ewa Iczakowska, sekretarz Gminy, Mariusz Mikołajewski, członek Zarządu Związku Kombatantów Rzeczypospolitej Polskiej i Byłych Więźniów Politycznych w Poznaniu, Halina Kowalewska, prezes Stowarzyszenia Pamięci Powstania Wielkopolskiego, pani Halina Jeger, prezes Stowarzyszenia „Pomagam". Była radość i dobre myśli o bliskich, o pokój i miłość. Składaliśmy sobie życzenia. Były prezenty i kosztowanie dań wigilijnych. Uczestnicy Klubu Samopomocy jak i kombatanci oczekują takich serdecznych spotkań.

MIROSŁAWA RADZIMSKA

FOT. ARCHIWUM STOWARZYSZENIA „POMAGAM"

Śpiew jest modlitwą

16 listopada 2023 roku odbył się radosny i rozśpiewany dzień w naszym Warsztacie. Stało się tak za sprawą naszych gości z Zespołu Szkół nr 1 w Swarzędzu, którzy po raz kolejny zorganizowali tematyczne spotkanie. Tym razem motywem przewodnim była muzyka i śpiew.

Zainspirowani naszym „Anielskim Śpiewograniem" uczniowie z opiekunami księdzem Mateuszem Gerlichem i katechetką Krystyną Puchlik spędzili z nami czas. Oprócz wspólnego śpiewu uczniowie mogli zobaczyć, jak nasza koleżanka Agata Kiejdrowska przepisuje czytanie liturgiczne za pomocą maszyny brailowskiej, również prosili, aby napisała imiona naszych gości. W trakcie spotkania Agata poprosiła księdza o podyktowanie modlitwy Św. Maksymiliana Marii Kolbego do Matki Bożej Miłosierdzia.

Słowa modlitwy mówią o tym, że Matka Boża może poprowadzić nas przez całe życie.

W tym dniu był odpust w naszej parafii. Na zakończenie poprosiliśmy Marinę, która pracuje u nas jako masażystka, aby zaprezentowała swój talent artystyczny. Zaśpiewała przepięknie „Bywają chwile, o matko ma". Na koniec stworzyliśmy krąg przyjaźni i zaśpiewaliśmy utwór „Jaka siła".

MICHAŁ OGONIAK
UCZESTNIK WTZ W SWARZĘDZU

FOT. (3X) ARCHIWUM SPDST W SWARZĘDZU

Aktywny zimą

Pod koniec ubiegłego roku zima zawitała do nas szybko, gdyż już po dwudziestym listopada. Ta pora roku tworzy niesamowite krajobrazy. Przenosi nas do iście bajkowej scenerii i może przynieść dużo frajdy dla fotografów. Dzieci mogą lepić bałwana i jeździć na sankach. Dla dorosłych zima bywa utrudnieniem – na drogach jest niebezpiecznie, a osoby poruszające się na wózkach zmuszone są pozostawać w domach.

Obecnie pracuję zdalnie w domu, jednak nie oznacza to, że w ogóle nie muszę się poruszać samochodem. Wyjeżdżam na rehabilitację, załatwić sprawy urzędowe, do sklepu i kościoła. Dlatego przed każdym wyjazdem muszę odśnieżyć posesję. Mocny atak zimy nastąpił drugiego i trzeciego grudnia ubiegłego roku. Przez cały weekend musiałem odśnieżać podwórko. Traktuję tę czynność jako formę rehabilitacji ruchowej. Ze względu na moje schorzenie muszę pracować w taki sposób z łopatą, by nie przeciążać kręgosłupa.

Nawet, gdy napada dużo śniegu, wybieram się na spacer, podczas którego pokonuję około 2 kilometry. Ktoś może stwierdzić, że to mało. Dla mnie jednak taki dystans jest odpowiedni w tej porze roku. Ma to na celu poprawę mojej stabilności, hartowanie organizmu, a także pokonywanie ograniczeń.

KRYSTIAN CHOLEWA

Mój 2023 rok

Początek nowego roku to czas podsumowań i refleksji. Rok 2023 był dla mnie aktywny i twórczy. Rozwijałem swój warsztat pisarski. Na wiosnę rozpoczęliśmy budowę altanki przydomowej, w którą także się zaangażowałem. W maju rozpocząłem serię zabiegów rehabilitacyjnych w kriokomorze, które mają na celu poprawę mojej sprawności, szczególnie lewej nogi. Podjąłem również indywidualne konsultacje z fizjoterapeutą.

W ciepłe dni wyjeżdżałem nad Jezioro Nyskie, by odpocząć, zrelaksować się, nabrać sił fizycznych i psychicznych. W sierpniu wybrałem się na pieszą indywidualną pielgrzymkę na Górę św. Anny. Po raz pierwszy szedłem z moim kolegą Patrykiem. Jestem mu za to bardzo wdzięczny, gdyż nie każdy odważyłby się na taką wędrówkę z osobą z niepełnosprawnością ruchową.

Jesienią pojechałem do Turcji. Była to moja pierwsza tak daleka podróż. Długo się zastanawiałem, czy pojechać, ale w końcu się zdecydowałem. Przyjechałem wzbogacony o nowe doświadczenia. Zwiedziłem niesamowite miejsca.

Czytelnikom miesięcznika „Filantrop Naszych Czasów" życzę wszelkiej pomyślności w 2024 roku. Niech się spełniają wszystkie Wasze marzenia, a zdrowie zawsze dopisuje.

KRYSTIAN CHOLEWA

FOT. KAROLINA KASPRZAK

Muzyka radości

25 października 2023 roku odbyło się wydarzenie muzyczno-wokalne. Szkoła Podstawowa nr 4 im. Jana Brzechwy w Swarzędzu zorganizowała „Zaczarowaną Piosenkę". Wydarzenie rozpoczęło się od powitania gości pięknym utworem pod tytułem „Bo Świat to My" (We are the World) w wykonaniu młodszych uczniów tej szkoły.

Występ dzieci zachęcił nas do zmagań konkursowych, cieszyliśmy się z tego, że możemy odkrywać nasze talenty wokalne. Wszyscy uczestnicy konkursu z dużym zaangażowaniem wykonywali przygotowane utwory. Repertuar był różnorodny i każdy wykazał się ogromną wrażliwością i determinacją. Swoim śpiewem pokazał, jak można pokonać własne ograniczenia pomimo tremy. W ten sposób pokazano, że jak człowiek chce, to potrafi, każda trudność jest do pokonania. Podczas zmagań towarzyszyła trema, która dodawała skrzydeł i odwagi.

W konkursie wokalnym bardzo ładnie zaprezentowali się również uczniowie Zespołu Szkół Specjalnych nr 103 w Poznaniu, którzy oprócz śpiewu grali na instrumentach muzycznych. Uroczystość przebiegała w radosnej atmosferze a gościem specjalnym była Halina Benedyk, która przysłuchiwała się naszym piosenkom. Po burzliwych obradach, jury wyraziło swój podziw i radość ze spotkania. Każdy wykonawca otrzymał nagrodę, pamiątkową parasolkę i praktyczną drewnianą zakładkę do książki. Dziękujemy za przygotowanie tego pięknego spotkania.

AGATA KIEJDROWSKA
MIROSŁAWA PENCZYŃSKA
UCZESTNICZKI WTZ W SWARZĘDZU

FOT. (7X) ARCHIWUM SPDST W SWARZĘDZU

Pustynie, lasy, zwierzęta

Wiedzą o zwierzętach zamieszkujących różne regiony świata mogli popisać się uczestnicy placówek rehabilitacyjno-terapeutycznych z województwa opolskiego biorąc udział w dziesiątej edycji Wojewódzkiego Konkursu Wiedzy Osób z Niepełnosprawnościami, która tym razem przebiegała pod hasłem „Zwierzęta Świata". Organizatorem konkursu było Stowarzyszenie Przyjaciół Osób Niepełnosprawnych „Pomóżmy Im" w Lewinie Brzeskim. Konkurs został zorganizowany w ramach projektu współfinansowanego ze środków PFRON będących w dyspozycji Samorządu Województwa Opolskiego i Gminy Lewin Brzeski.

Rywalizacja uczestników odbyła się 18 listopada 2023 roku w Publicznej Szkole Podstawowej w Lewinie Brzeskim. Udział wzięło 15 trzyosobowych drużyn. Byli to uczestnicy warsztatów terapii zajęciowej i środowiskowych domów samopomocy oraz mieszkańcy domów pomocy społecznej. Projekt – jak informują organizatorzy – był ukierunkowany na aktywizację osób z niepełnosprawnościami, rozwój ich zainteresowań, a także na podniesienie wiedzy i świadomości społeczeństwa w kwestii codziennego funkcjonowania osób z niepełnosprawnością.

Pierwsza część konkursu dotyczyła wiedzy teoretycznej – uczestnicy odpowiadali na wylosowane pytania między innymi z działów jak: morza i oceany, pustynie i półpustynie, sawanny i stepy podzwrotnikowe, lasy liściaste i bory, rejony polarne. W części drugiej zawodnicy mając przed sobą fotografie zwierząt musieli przyporządkować każde zwierzę do danego kontynentu. Uczestnicy dzielnie i wytrwale rywalizowali, była też długa dogrywka.

Pierwsze miejsce zajął Warsztat Terapii Zajęciowej w Prudniku w składzie: Anna Mientus, Joanna Zakaszewska i Janina Całkosińska. Na miejscu drugim uplasował się Warsztat Terapii Zajęciowej w Oleśnie w składzie: Artur Wiecha, Sebastian Książek i Monika Łyczko. Trzecie miejsce zajął Warsztat Terapii Zajęciowej w Opolu w składzie: Michał Winnicki, Dawid Wincek i Marta Duplaga-Wolska. Wszyscy zawodnicy otrzymali nagrody indywidualne oraz dyplomy. Każda drużyna została uhonorowana pucharem, dyplomem oraz nagrodą rzeczową. Dodatkowo zdobywcom pierwszego miejsca Edward Traka podarował napisaną przez siebie książkę pod tytułem: „Od strzechy do parkietu".

OPRACOWAŁ
KRYSTIAN CHOLEWA

FOT. KAROLINA KASPRZAK

XX INTEGRACYJNY TURNIEJ SZERMIERCZY „Z FLORETEM DO GWIAZD"

Złoto dla każdego

W sobotę 2 grudnia 2023 roku w sali szermierczej Zespołu Szkół nr 5 w Poznaniu Fundacja Pomocy Osobom Niepełnosprawnym „Z floretem do gwiazd" zorganizowała dwudziesty integracyjny turniej szermierczy z udziałem zawodników z różnymi niepełnosprawnościami. Dzięki życzliwości dyrektora Szkoły Podstawowej nr 42 Dobiesława Figuły miłośnicy tej dyscypliny sportu mogli stanąć ze sobą w szranki. Szermierka łączy, integruje, pozwala pokonywać bariery.

Udział w zawodach wzięło 46 osób. To zawodniczki i zawodnicy z następujących klubów: IKS Jamalex Leszno, Śremska Akademia Szermierki, Warta Poznań, AZS AWF Poznań, Ośrodka Szkolno-Wychowawczego dla Dzieci i Młodzieży Niepełnosprawnej w Poznaniu oraz sekcji szermierczej Fundacji Pomocy Osobom Niepełnosprawnym „Z floretem do gwiazd". Najmłodszy zawodnik miał 7 lat, a najstarsza zawodniczka – 69. W turnieju rywalizowały osoby z niepełnosprawnością fizyczną oraz intelektualną z osobami trenującymi szermierkę na poziomie olimpijskim. Rozgrywki odbywały się również na specjalnej platformie dla wózków.

W organizacji turnieju od lat wspiera naszą Fundację Samorząd Województwa Wielkopolskiego, Miasto Poznań oraz Ewa Siemińska, właścicielka sieci sklepów Chata Polska. Odwiedziły nas także ekipy z TVP3 Poznań i WTK Poznań. W naszym turnieju wszyscy są zwycięzcami. Dlatego każdy zdobył złoty medal. Najlepsi z najlepszych otrzymali puchary Młody Mistrz lub Polski Muszkieter. Spotykamy się w czerwcu 2024 roku na XXI Integracyjnym Turnieju Szermierczym „Z floretem do gwiazd". Serdecznie zapraszamy.

ALICJA TWARDOSZ

FOT. (5X) ARCHIWUM FUNDACJI „Z FLORETEM DO GWIAZD"

JUBILEUSZ 25-LECIA PSONI – KOŁO WE LWÓWKU

Poloneza czas zacząć...

24 listopada 2023 roku odbył się jubileusz 25-lecia działalności placówki Polskiego Stowarzyszenia na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną – Koło we Lwówku. Jubileusz rozpoczął się od mszy św. we lwóweckim Kościele. Po mszy zaproszeni goście m.in. samorządowcy, władze powiatu, gmin i instytucji pomocowych udali się na uroczystość do restauracji „Magdalenka" w Bolewicach.

Uczestnicy Warsztatu Terapii Zajęciowej w Grońsku przywitali zaproszonych gości tańcem polonez. Następnie głos zabrali zaproszeni goście: władze powiatu i gmin, zarząd stowarzyszenia, kierownicy WTZ, rodzice i uczestnicy. Padło dużo miłych, wzruszających i ciepłych słów. Dziękowano za ciężką pracę na rzecz osób niepełnosprawnościami, składano życzenia wytrwałości i sukcesów na kolejne lata. W trakcie uroczystości przedstawiono prezentację multimedialną związaną z uczestnikami WTZ i ich terapią. Obchody 25-lecia zakończyła wspólna zabawa taneczna.

HUBERT KRUK
UCZESTNIK WTZ W GROŃSKU

FOT. (4X) ARCHIWUM WTZ W GROŃSKU

Dziecięce marzenia

Święta Bożego Narodzenia to czas radości, spokoju, obdarowywania się prezentami. Tego wyjątkowego czasu wyczekiwali wychowankowie Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego im. Janusza Korczaka w Mosinie w powiecie poznańskim. W czwartek 21 grudnia 2023 roku społeczność placówki przygotowała doroczne spotkanie bożonarodzeniowe w Mosińskim Ośrodku Kultury.

Przybyli na nie przedstawiciele władz samorządowych, a wśród nich: Tomasz Łubiński, wicestarosta poznański, Zbigniew Jankowski, przewodniczący Komisji Oświaty i Wychowania Rady Powiatu w Poznaniu, Sylwia Dolna, wicedyrektor Wydziału Spraw Społecznych i Zdrowia Starostwa Powiatowego w Poznaniu oraz Pełnomocnik Starosty Poznańskiego do spraw Osób Niepełnosprawnych, Tomasz Woźnica, wicedyrektor Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie, a także reprezentanci instytucji kulturalnych i oświatowych, organizacji pozarządowych i placówek rehabilitacyjno-terapeutycznych.

Wychowankowie przygotowali wzruszającą inscenizację teatralną pod tytułem „Pomyłka Mikołaja". Była to opowieść o dwóch dziewczynkach, pochodzących z dwóch różnych rodzin. Jedna z nich w liście do Mikołaja nie prosiła o zabawki ani słodycze, a wyznała, że najbardziej marzy o ciepłych rękawiczkach dla niepełnosprawnego brata. Druga zaś wyjawiła swoje niezadowolenie związane z nauką gry na skrzypcach. Mikołaj pomylił się i zamienił role dziewczynek. Odtąd dziewczynka mająca niepełnosprawnego brata uczyła się gry na skrzypcach, a niezadowolona dostała w prezencie ciepłe rękawiczki i obowiązek pomocy rodzicom w prostych pracach domowych. Po roku okazało się, że ta ostatnia zmieniła swoje nastawienie – list do Mikołaja nie zawierał już skarg. Dzieci w tej poruszającej opowieści przypomniały widzom, że warto doceniać to, co posiadamy, cieszyć się każdym dniem i obecnością najbliższych w najważniejszych dla nas momentach.

Były kolędy przy akompaniamencie gitar i flażoletów, a także prezentacje z wykorzystaniem gestów Makatonu – programu wspomagającego kontakt z osobami mającymi trudność w porozumiewaniu się słowami. Wychowankowie Ośrodka po raz kolejny zaprezentowali swoje talenty artystyczne ukazując jak istotne znaczenie dla ich rozwoju ma właściwie prowadzona edukacja, rehabilitacja i terapia.

KAROLINA KASPRZAK

Wychowankowie Ośrodka dziękują publiczności za obejrzenie inscenizacji teatralnej „Pomyłka Mikołaja".

„Lulajże Jezuniu" grane na flażoletach.

Życzenia i kolędy wykonywane gestami Makatonu.

W przygotowywaniu prezentacji pomagali nauczyciele i opiekunowie.

FOT. (4X) KAROLINA KASPRZAK

KATARZYNA HETMAŃSKA
DPS W PSZCZYNIE

ALTANA

Złość bierze na to miejsce,
nie można go lubić.
Pod dachem siedząc boskim
arachidowe orzeszki ssąc.
Za wieczornym oknem głośna
muzyka i dzieciaki krzyczą
Mama Mama...
Jaskółki okienne mazgaje,
co o papierosach świergolą,
podanych z herbatką pod naszą altaną.
Zniosę krzywe spojrzenie
i ścięty pokost łanu blond
umieszczony w antałku
ramienia z klątw.

STOKROTKA NA WAROWNEJ

Wychodzimy z mamą z Warownej
na Rynek, mama odmawia pacierz.
Wiem, że go nie słyszę,
to taki konfesjonał cichutki.
I za życie, za rodzinę
jem lody, kiedy z ławek wstajemy,
wita nas kiosk z gazetami.
Pójdziemy po szampon firmowy
Mamę odprowadzi widzenie
z Rynku na Warowną,
gdzie wszyscy jesteśmy.
Odjedzie do domu ja zostanę, stokrotko.

WIECZÓR SPOKOJNY

Ja nie doglądam gwiazd
Gdy stukam łyżką o talerz.
Tak, są pod nadzorem mocarstwa,
jak nasz dom z prochowca.
Męski oddział równo ułożył szereg,
stopi się z porankiem.
Strzępimy łóżka, czasem
Psycholożka pali papierosa.
Jajecznica jest zimna, gwiazdy są lodowate.
Łóżka są chłodne.
Wieczorami zasypiam w domu
I budzę się w nim co rano.

Piotr Wojciechowski.

Alicja Kanikowska.

Marta Borowiak.

Album „Gwiazdozbiory”

Ukazał się niedawno Album „Gwiazdozbiory” barwnych zdjęć uczestników Stowarzyszenia na rzecz Osób Niepełnosprawnych „Iskra” w Poznaniu. Są to osoby niezwykłe i twórcze, którym nie przeszkadza niepełnosprawność intelektualna. Potrafią przeistoczyć się w swoich idoli muzycznych i aktorskich, znanych szeroko w Polsce i w wielu krajach świata. Dla uczestników „Iskry”, czyli „Gwiazdorów”, to wspaniała zabawa, swoiste aktorstwo, cieszą się życiem, mają swoje marzenia i możliwość uprawiania swoich pasji.

Terapeuci „Iskry” pracują razem z uczestnikami „Gwiazdorów”, z całego serca dodają im ducha. Terapeutka Maria Dolata zajmuje się charakteryzacją i stylizacją. Terapeuta Marcin Kaczyński wykonał fotografię i grafikę w Albumie „Gwiazdozbiory”. Piękno Albumu można podziwiać. Taką lekturę warto obejrzeć i przeczytać słowa uczestników. Jest też ważna informacja: *Projekt* („Gwiazdozbiory” – przyp. red.) *jest kontynuacją realizowanego od wielu lat we współpracy z Wojewodą Wielkopolskim projektu filmowego, którego nadrzędnym celem jest pokazanie dorosłych osób z niepełnosprawnością intelektualną jako osób atrakcyjnych dla społeczeństwa i kraju.*

Oto uczestnicy „Iskry”, „Gwiazdorzy” – razem tworzą Album „Gwiazdozbiory”:

Piotr Wojciechowski to prawie całkiem **Michael Jackson, tragiczna postać**. *Ale nasz „Gwiazdor” mówi: Jaki Jackson jest na scenie? On tam ładnie bryka, tańcuje, śpiewa... On bardzo mnie kocha.*

Arkadiusz Nowicki to **Denzel Washington**, amerykański aktor, swoją potężną postacią przypomina naszego Arkadiusza, który mówi: *Jak to jest być sławnym? Czasami mnie przygniata bo... za dużo ludzie chcą, a ja nie wiem czemu, nie wiem to jest takie, nie wiem no... sławność?...*

Sandra z Zespołem. *Jak jest na scenie? Na scenie jest różnie, są momenty fajne...*

Anna Wróbel zamienia się na mężczyznę **Zenka Martyniuka**. Podobieństwo – niezłe. *Jak to jest być gwiazdą? Bycie gwiazdą jest stresującym zajęciem...*

Marta Borowiak to **Tina Turner**. *Kto jest najważniejszy dla Ciebie? Wy jesteście moim kochani... moja publiczność. Ta w Polsce i na całym świecie.*

Alicja Kanikowska ma czerwoną perukę. A **Michał Wiśniewski** ma chyba naprawdę czerwone włosy. *Jak to być sławnym? Sława bywa męcząca, trzeba witać, jechać na koncerty, bawić się, ruchy, autografy dać z uśmiechem i radością.*

Ryszard Oudinet, wokalista, nie przeistoczył się w znanego, popularnego artystę. Terapeuta muzyk w „Iskrze” Marcin Książak skomponował melodię i tekst. Wykonanie powierzył Ryszardowi. Tekst kończy mądra, sentymentalna strofa:

gdzie mam stać
dokąd iść
lepiej mieć czy piękniej żyć
powiedz mi jak najlepiej
pośród klaunów sobą być
będę tam gdzie i Ty
będę tam gdzie moje sny
tam gdzie ty

Album „Gwiazdozbiory” nie pominął innych podopiecznych w „Iskrze”. Otrzymali ważną rolę aktorów i statystów. „Iskra” szanuje wszystkich swoich uczestników.

MARCIN BAJEROWICZ

FOT. (6X) MARCIN KACZYŃSKI

Arkadiusz Nowicki.

Ryszard Oudinet.

Anna Wróbel.

KONFERENCJA MIĘDZYNARODOWEJ SIECI PEDAGOGICZNEJ

Przyszłość oparta

Co można zrobić, aby świat był przyjazny każdemu, planeta nie była skażona żadnymi toksycznymi substancjami, a powietrze było zawsze czyste? Okazuje się, że wiele zależy od naszego podejścia do kwestii ekologii. Międzynarodowa Sieć Pedagogiczna PILGRIM przykłada szczególną wagę do edukacji dzieci i młodzieży w zakresie ochrony Ziemi oraz promowania postaw proekologicznych. We wtorek 28 listopada 2023 roku na Wydziale Teologicznym Uniwersytetu Śląskiego w Katowicach odbyła się konferencja z okazji 20-lecia PILGRIM i 10-lecia tego ruchu w Polsce.

Dr Johann Hisch dziękuje osobom, które zaangażowały się w prace nad publikacją „Kompendium PILGRIM w służbie Stworzenia".

Eko czytelnia, eko twórczość, eko segregacja, akcja „Dzień Wody", pokaz mody eko, zbiórka używanych zabawek przez Akademicką Grupę Inicjatyw UAM – to przykładowe przedsięwzięcia realizowane przez placówki i instytucje edukacyjne należące do PILGRIM. Ruch PILGRIM zapoczątkowany został w 2003 roku w Austrii i bazował na doświadczeniach pedagogów działających z uczniami w kwestii ekologii oraz zrównoważonego rozwoju. Inspiratorem, koordynatorem, a jednocześnie duchowym przewodnikiem wszystkich działań realizowanych przez Międzynarodową Sieć Pedagogiczną PILGRIM jest dr Johann Hisch.

Początki PILGRIM w Polsce wiążą się z Osobą śp. mgr Krzysztofa Marii Lauscha, pedagoga specjalnego, wieloletniego dyrektora Zespołu Szkół Specjalnych nr 103 im. Marii Grzegorzewskiej w Poznaniu, współtwórcy programu nauczania religii w polskich szkołach specjalnych. W 2003 roku odbyło się spotkanie przedstawicieli Międzynarodowej Sieci Pedagogicznej PILGRIM z dyrektorem Lauschem, podczas którego wręczono Mu dokument upoważniający do rozprzestrzeniania ruchu PILGRIM w Polsce. Zasługi w tym względzie mają również mgr Halina Koselska-Kubiak, która napisała o śp. Krzysztofie Marii Lauschu książkę pt. „Poznańczyk. Życie i pedagogika specjalna Krzysztofa Marii Lauscha" i jej mąż dr Piotr Kubiak. Latem 2004 roku Zespół Szkół Specjalnych nr 103 został pierwszą instytucją certyfikowaną w Polsce. Obecnie w naszym kraju są już 62 instytucje edukacyjne należące do MSP PILGRIM. To między innymi szkoły, przedszkola, parafie, a nawet zakład karny. Jest nam niezmiernie miło, że również nasza Fundacja Pomocy Osobom Niepełnosprawnym „Filantrop" znajduje się w tym zaszczytnym gronie. Do tej pory w Polsce w ramach działalności ruchu PILGRIM odbyły się 22 konferencje naukowe i certyfikacyjne. Zorganizowane zostało również w Katowicach Europejskie Spotkanie Młodych PILGRIM pn. „Aby Ziemia mogła znów oddychać".

Po śmierci Krzysztofa Marii Lauscha w 2014 roku stanowisko dyrektora Zespołu Szkół Specjalnych nr 103 w Poznaniu objęła mgr Lidia Wojsznis. Podczas konferencji z okazji 20-lecia PILGRIM i 10-lecia tego ruchu w Polsce w swoim wystąpieniu tak wspominała tamte chwile:

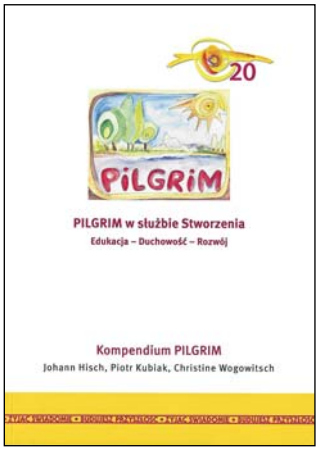
– Po śmierci śp. Krzysztofa Marii Lauscha otrzymałam telefon od dra Piotra Kubiaka z pytaniem, co dalej z ruchem PILGRIM w Polsce? Czy będę te działania kontynuować? Już wtedy miałam takie przekonanie, że dostałam testament Krzysztofa, a w nim zapisane wszystko, co związane z ideą PILGRIM. Zawsze będzie coś do zrobienia, zawsze będą ludzie, którzy będą robić to dobrze i zawsze będą tacy, którzy z tego skorzystają. Nasze działania to między innymi wsparcie w relacji uczeń – nauczyciel – rodzina, wzajemna inspiracja, współdziałanie, troska.

„Żyjąc świadomie budujesz przyszłość" – to hasło przewodnie ruchu PILGRIM trafnie oddaje jego sens i potrzebę działania dla dobra wszystkich ludzi na Ziemi. W dzisiejszych czasach często nie przykładamy należytej staranności do kwestii ekologii i świadomego, odpowiedzialnego życia. Większość współczesnych społeczeństw nastawionych jest na konsumpcjonizm. Powszechne stało się pozbywanie się rzeczy, które mogłyby spełniać swoją rolę jeszcze przez dobrych kilka lub nawet kilkanaście lat na rzecz tych nowych, bardziej trendy.

W rezultacie coraz bardziej zaśmiecamy planetę. Śmieci są wszędzie, nie tylko na śmietnikach. Warto zastanowić się, czy i w jakim stopniu każdego dnia segregujemy odpady, bo od prawidłowej ich segregacji zależy przyszłość nasza i następnych pokoleń. Czy oszczędzamy wodę, czy też bez zastanowienia nadmiarowo ją zużywamy? Wprowadzenie w życie kilku podstawowych „przykazań" świadomego ekologa zapewne spowoduje, że będą chciały nas naśladować nasze dzieci. Z myślą o ich edukacji i budowaniu świadomości ekologicznej organizowane są w przedszkolach i szkołach

PILGRIM W KATOWICACH

na solidnych fundamentach



należących do Międzynarodowej Sieci Pedagogicznej PILGRIM inicjatywy proekologiczne.

Ciekawie o filozofii życia według Wiktora Frankla i jej związku z PILGRIM opowiadał dr Przemysław Gąsiorek z Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu. Sens życia według Wiktora Frankla polega na znalezieniu celu, wzięciu odpowiedzialności za siebie samego i za innych. Zakłada, że tylko dzięki poczuciu wolności i pewności celu, który nas motywuje, będziemy w stanie wprowadzić zmiany, aby stworzyć o wiele lepszą rzeczywistość. Prelegent wyjaśnił uczestnikom konferencji, czym są redukcjonizm, nihilizm i anihilacja. Że działalność człowieka zawsze jest głęboko związana z jego duchową kondycją i z tym jak postrzega sens swojego życia. Obraz człowieka, jaki mamy dziś to obraz przyszłości ludzkości jutro. Wiktor Frankl zakładał, że edukacja nie może ograniczać się do przekazywania młodzieży odkryć naukowych. Musi wyposażyć człowieka w środki umożliwiające mu odnalezienie sensu i nadawanie sensu.

PILGRIM w Polsce to – jak przedstawił w swojej prezentacji dr Piotr Kubiak – najbardziej rozwijający się PILGRIM poza Austrią. Cechuje go zakorzenienie na poziomie uniwersyteckim, kreatywność, dynamizm i wysoka jakość, wytrwałość, dobra organizacja, przyjazna atmosfera, a także duchowość (wspominana w Austrii latami). Do nowych konkretnych kierunków rozwoju pedagogiki PILGRIM zaliczają się: międzynarodowa grupa badawcza – projekty PILGRIM (1500), pogłębienie pedagogiki PILGRIM, nowe struktury PILGRIM w Austrii oraz w obszarze międzynarodowym, a także propozycje nowych projektów Erasmus+ na kolejne lata w krajach jak Ukraina, Łotwa, Hiszpania, Austria i Polska.

Podczas konferencji dr Johann Hisch dziękował osobom, które przyczyniły się do powstania „Kompendium PILGRIM w służbie Stworzenia", publikacji pod redakcją Johanna Hischa, Piotra Kubiaka i Christine Wogowitsch, we współpracy z Hertą Ucsnik, Stefanem Samptem, Gertraud Weixlbaumer i Erhardem Mayerhoferem. Jest to publikacja przedstawiająca genezę i ramy organizacyjne ruchu, a także informacje dokumentujące działalność PILGRIM w ostatnich latach, dotyczące zorganizowanych konferencji, sympozjów, ceremonii certyfikacyjnych i lokalnych projektów.

Każdy uczestnik został poproszony o wypisanie na papierowej chmurce życzeń z okazji 20-lecia PILGRIM i 10-lecia działalności tego ruchu w Polsce, a następnie powieszenie chmurki na drzewku znajdującym się w auli. Życzymy władzom Międzynarodowej Sieci Pedagogicznej PILGRIM w Austrii i wszystkim przedstawicielom tego ruchu w Polsce nieustającej okazji do rozwoju, wzrastania w duchu otwartości i wrażliwości na drugiego człowieka. Aby w następnych latach nie brakowało pomysłów do działań sprzyjających edukacji i kształtujących postawy proekologiczne młodych ludzi. Fundacja „Filantrop" będzie aktywnie i systematycznie je wspierać.

KAROLINA KASPRZAK

FOT. (3 X) KAROLINA KASPRZAK

Uczniowie Szkoły Podstawowej nr 37 im. ks. Jana Twardowskiego w Katowicach podczas prezentacji „Małego Księcia".

Życzenia dla Międzynarodowej Sieci Pedagogicznej PILGRIM zawisły na drzewku.

Cudowne dzbanki,

dywany i fortepian

Zanim dotarliśmy do Muzeum Sztuk Użytkowych w Poznaniu, to zrobiliśmy sobie spacer przez Stary Rynek w Poznaniu. Tam zobaczyliśmy, że niedługo remont się skończy. Było bardzo zimno i wiało. Zrobiliśmy trochę zdjęć i szliśmy dalej. Dotarliśmy pod Zamek, pojechaliśmy windą na punkty widokowe. Tu jest najpiękniejszy widok na cały Poznań. Tam to dopiero wiało.

Po nas przyszło dużo grup zwiedzających. Pan Marcin Książak bardzo interesująco mówił o wszystkim. Następnie zeszliśmy na dół schodami, a schodziliśmy bardzo długo. Ochroniarz kazał nam zostawić kurtki w szatni. Pani powiedziała nam, gdzie musimy iść. Sale były podzielone na różne epoki. Znajdowało się tam bardzo dużo interesujących rzeczy takich jak dzbanki i broń. Poszliśmy na sam dół, a tam było bardzo dużo pięknej biżuterii. Były też dywany i stał piękny fortepian.

Było tam wiele kolorów i kształtów. Po zakończeniu zwiedzania udaliśmy się do szatni, ubraliśmy się i pożegnaliśmy się z panem i panią i szliśmy na przystanek tramwajowy. Wróciliśmy do „Iskry" zmarznięci i zadowoleni.

MARTA WAWRZYNIAK
MAGDALENA ZARĘBSKA
UCZESTNICZKI ŚDS „ISKRA" W POZNANIU

FOT. (8X) MARCIN KACZYŃSKI

WYJĄTKOWY WIECZÓR W CENTRUM KULTURY ZAMEK

Taniec i teatr połączyły ludzi

Niepełnosprawność i wynikające z niej dysfunkcje fizyczne oraz intelektualne nie stanowią przeszkody w rozwijaniu talentów artystycznych, podejmowaniu aktywności zawodowej i społecznej. Na łamach naszego miesięcznika wielokrotnie prezentowaliśmy sylwetki artystów z różnymi niepełnosprawnościami przejawiających wybitne uzdolnienia w różnych dziedzinach sztuki. Tym razem przyszedł czas na prezentację fotorelacji z XII „Wieczoru Przyjaciół Promyka", którego organizatorem jest poznańskie Stowarzyszenie „Na Tak".

W poniedziałek 27 listopada 2023 roku w Teatrze Animacji Centrum Kultury Zamek w Poznaniu zebrali się rodzice osób z niepełnosprawnościami, opiekunowie, terapeuci, animatorzy teatralni, przedstawiciele instytucji oraz organizacji pozarządowych zajmujących się rehabilitacją osób z niepełnosprawnością. Wydarzenie jak zwykle dostarczyło niezapomnianych wrażeń. Po pierwsze dlatego, że było jak zwykle znakomicie opracowane – artyści pod kierunkiem terapeutów przez kilka miesięcy systematycznie przygotowywali się do niego. Po drugie – nie zawiodła publiczność, która wiernie oklaskiwała każdy występ.

Był spektakl grupy teatralnej „Flesz", występ zespołu tanecznego „Galimatias" i „Promyk", taniec „Bolero" w wykonaniu Joanny Nowak, występ zespołu wokalnego „Amicus", występ solistek z „Arki Noego". Zaśpiewał też solista Łukasz Iwanecki. Każda prezentacja pozwoliła widzom przenieść się na kilka chwil w inny świat – wolny od barier, uprzedzeń i stereotypów. Świat, w którym liczy się człowiek i jego wewnętrzne piękno.

KAROLINA KASPRZAK

Występuje zespół taneczny „Galimatias".

Spektakl grupy teatralnej „Flesz" opowiadający o porach roku.

Były także występy solo.

FOT. (3X) KAROLINA KASPRZAK

Czym jest AAC?

Zaburzenia mowy i wynikająca z nich niemożność wypowiadania słów uniemożliwia werbalną komunikację z otoczeniem. Wypowiadanie słowami naszych myśli ma ogromne znaczenie, ponieważ dzięki niemu drugi człowiek może dowiedzieć się czego potrzebujemy w danym momencie, co nas cieszy i smuci, o czym marzymy. Z myślą o osobach nieposługujących się mową werbalną powstała komunikacja wspomagająca i alternatywna, określana skrótem AAC.

Autyzm, zespół Downa, mózgowe porażenie dziecięce, zaburzenia neurologiczne – to tylko niektóre schorzenia powodujące problemy ze swobodną mową. Są osoby z niepełnosprawnościami, które potrzebują korzystać z komunikacji wspomagającej i/lub alternatywnej przez cały czas, ale są również takie, które potrzebują jej tylko w jakimś konkretnym momencie, na przykład gdy się zdenerwują.

Jak czytamy na stronie https://szkolenia-aac.pl/, do komunikacji można wykorzystywać gesty, obrazki bądź symbole. Te ostatnie mogą być podawane drugiej osobie jako pojedyncze symbole – system wymiany PECS. Można też tworzyć całe tablice komunikacyjne, stosowane pojedynczo lub poukładane w segregatory, jako tak zwane książki komunikacyjne niskiej technologii. Można też używać tabletów z odpowiednimi programami komunikacyjnymi z systemem VOCA. Osoby z niepełnosprawnościami narządu ruchu mogą potrzebować specjalnego sposobu dostępu, na przykład w postaci switcha, joysticka, spojrzenia oczyma, ruchu głowy i innych umożliwiających funkcjonalną komunikację. Pisanie i czytanie to także AAC.

System AAC może też wskazywać opcje zarządzania emocjami, podpowiadać, jak radzić sobie w danej sytuacji („Stało się coś złego" – „Chcę o tym powiedzieć przyjacielowi" – „Chcę się przytulić" – „Chcę odpocząć") oraz jak dostarczać doświadczeń budzących radość („Lubię oglądać teleturnieje", „Chodźmy na spacer").

Oprac. KK.

Teatr w ciemności

Podczas tego wydarzenia nie dało się zauważyć upływu czasu i wszechobecnego pośpiechu. Jego uczestnicy przekonali się, że słowa, dźwięki oraz zapachy odgrywają istotną rolę w poznawaniu otoczenia. 19 grudnia 2023 roku salę Teatru Animacji Centrum Kultury Zamek w Poznaniu pochłonęła całkowita ciemność. Nie oznacza to, że była pusta.

Stowarzyszenie „Łazarz – Zakorzenieni w Tradycji" realizujące projekt pod nazwą „Niewidzialna Ulica – Poznańska Wystawa w Ciemności" zaprosiło na wyjątkowy spektakl „Dzięcioł Polinezyjski" w ramach Teatru Szeptanego. W spektaklu wystąpiły osoby z niepełnosprawnościami narządu wzroku – niewidome i słabowidzące. Teatr Szeptany – jak informują organizatorzy – ma wywołać empatię w stosunku do osób niewidomych i ociemniałych, pozwolić poczuć ich codzienne życie, zrozumieć, z jakimi trudnościami się zmierzają.

„Dzięcioł Polinezyjski" to spektakl wyjątkowy nie tyle z uwagi na fabułę, ile na społeczny przekaz z niego płynący. Zasiadając na krześle, w całkowitej ciemności, widz czuje wyraźniej obecność drugiego człowieka, lepiej też słyszy barwę głosu, nasłuchuje kroków, chłonie zapachy, bo i tych w spektaklu nie brakuje – pachną kanapki, bigos...

Aktorzy są blisko publiczności, nie ma sztywnego podziału na scenę i widownię. Czynią swoją powinność skłaniając do głębszego odczuwania emocji, które nie zaznaczyłyby się tak wyraźnie, gdyby spektakl był oglądany. Wzrok jest zmysłem dominującym, w związku z czym dźwięki w konkurencji z nim zawsze odgrywać będą rolę drugoplanową.

Widowisko to, prezentowane do tej pory kilkukrotnie i zrealizowane dzięki wsparciu finansowemu Wydziału Kultury Urzędu Miasta Poznania, ma zachęcić osoby pełnosprawne do refleksji nad sytuacją osób z niepełnosprawnościami wzroku. Umożliwia każdemu, kto nigdy wcześniej nie miał okazji poznać bliżej osób niewidomych i słabowidzących, namacalne zetknięcie się z tym światem.

Całkowita ciemność prowadzi w jego głąb przekazując, że brak wzroku nie musi oznaczać bierności i stagnacji, że osoby te mają prawo do pełnego uczestnictwa w życiu zawodowym i społecznym. Wsłuchać możemy się dokładnie w intonację głosu, artykulację, technikę mowy. Spektakl „Dzięcioł Polinezyjski" to prawdziwa lekcja człowieczeństwa, w której udział powinien wziąć każdy bez względu na pozycję zawodową, sytuację życiową, stan zdrowia czy status materialny.

Scenariusz oraz reżyserię spektaklu przygotowali Małgorzata i Marek Chojnaccy. Wystąpili: Jolanta Zielińska-Kaźmierczak, Natalia i Weronika Avasian, Przemysław Kielar, Miriam Matysiak, Jolanta Misiak, Elżbieta Stefańska, Jolanta Golańska, Jacek Kowalski, Elżbieta Parysek. Projekty graficzne przygotowała Magdalena Kaźmierczak.

KAROLINA KASPRZAK

Aktorzy spektaklu „Dzięcioł Polinezyjski".

FOT. KAROLINA KASPRZAK

Ważne sprawy

Łukasz Krasoń, trener, mówca motywacyjny, aktywista oraz działacz społeczny został powołany 28 grudnia 2023 roku na stanowisko Pełnomocnika Rządu do spraw Osób Niepełnosprawnych. Wcześniej pracował również m.in. jako specjalista ds. zrównoważonego rozwoju czy ekspert CSR w wielu korporacjach.

Jest ekspertem w Instytucie Strategie 2050, gdzie przewodzi zespołowi pracującemu na rzecz środowiska osób z niepełnosprawnościami.

Do zadań Pełnomocnika Rządu do spraw Osób Niepełnosprawnych należy między innymi: inicjowanie, nadzór i koordynacja nad wykonywaniem zadań wynikających z ustawy, inicjowanie kontroli realizacji zadań określonych w ustawie, udzielanie informacji w sprawach z zakresu rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnienia osób z niepełnosprawnościami, opracowywanie oraz opiniowanie projektów aktów normatywnych dotyczących zatrudnienia, rehabilitacji oraz warunków życia osób z niepełnosprawnościami, ustalanie założeń do rocznych planów rzeczowo-finansowych dotyczących realizacji zadań wynikających z ustawy, a także inicjowanie i realizacja działań zmierzających do ograniczenia skutków niepełnosprawności i barier utrudniających osobom z niepełnosprawnościami funkcjonowanie w społeczeństwie.

Krasoń w wywiadzie dla portalu niepełnosprawni pl. przyznał, że chciałby, aby osoby z niepełnosprawnościami były bardziej dostrzegane, aby myślano o nich podmiotowo i żeby zostały wdrożone rozwiązania systemowe ułatwiające im osiągnięcie pełnej niezależności.

Zaznaczył też, że nie pozwoli, aby sprawy osób z niepełnosprawnościami były zamiatane pod dywan. Wspólnie z Instytutem Strategie 2050 stworzył dokument pod nazwą „Pełnoprawni", który pokazuje model myślenia o wsparciu tej grupy społecznej. ***Oprac. KK.***

Codziennie pod górę(53)

Siadam do pisania jak do kawy z przyjacielem. Chciałabym zapytać, co u Ciebie? Jak sobie radzisz ze swoją codziennością? Co Cię dziś cieszy i czy masz z kim się tym podzielić? Podobno radość dzielona na dwie osoby staje się podwojona. Może się martwisz czymś dzisiaj? Czy możesz z tym coś zrobić i czy robisz? Często mylę słowa, ale pamiętam sens modlitwy o pogodę ducha: „Boże, użycz mi spokoju, bym godził się z tym, czego zmienić nie mogę, siły by odmienić to, co zmienić mogę i mądrości, by odróżnić jedno od drugiego". Często zapominam o tej modlitwie, o uważności, która daje spokój, pokazuje właściwy kierunek.

Dziś miałam dziwne, złowrogie sny, które rzadko do mnie przychodzą. Chodziłam z Markiem po targu, zgubiłam go i nie mogłam znaleźć. Obce miejsca, obce pomieszczenia, ludzie bez twarzy i dziwne zwierzęta wykonujące ludzkie prace – czarne małpy w górniczych hełmach, które zapytane nie wiedziały, gdzie jest Marek. Moja ciocia i wujek z twarzami jak po wypadku, owiniętymi nie bandażami a taśmą klejącą. O świcie obudziłam się przestraszona, ale oddech Marka mnie uspokoił i przytulenie, gdy mu te sny opowiedziałam. Senne zjawy odpłynęły i przyszła bezpieczna rzeczywistość, którą jeszcze wczoraj byłam znudzona. Zawsze tak jest, że nie doceniamy tego, co mamy, dopóki tego nie utracimy, dlatego zawsze staram się być wdzięczna za to, co jest dzisiaj.

W zimie i w śniegu nasze psy są szczęśliwe, biegają bez opamiętania. Nie są już młode, zwłaszcza jeden i czasami boję się, że odejdzie, bo przecież kiedyś to nastąpi. Jest cząstką naszego życia. Poprzedniego psa nie umiałam jeszcze kochać. Wzięliśmy go z moim dawnym partnerem, z którym piłam. Pies cierpiał bez regularnych spacerów i krzyczeliśmy na niego, gdy nie ze swojej, ale naszej winy, załatwił się w domu. Dopiero przy Marku odżył. Miał on tyle cierpliwości, że miesiącami uczył go chodzenia bez smyczy i nauczył. Początkowo, po odpięciu nasz Fredzio „szedł w długą", a Marek nie jeden raz spóźniał się przez to do pracy. Kiedy nasz pies był wreszcie szczęśliwy, zabił go policyjny samochód, nawet się nie zatrzymał. To było u rodziców Marka. Płakałam, a jego matka mówiła: „Rozumiem po człowieku płakać, ale po psie?".

Potem wzięliśmy Reksia. Ma już 12 lat i jest z nami prawie od początku naszej historii. Dwa lata później wzięliśmy na przechowanie suczkę Lolę. Prawdziwa biała dama i arystokratka, z długimi łapkami i ogonkiem jak pióropusz. Tak się w niej zakochałam, że gdy zbliżał się termin oddania właścicielce, powiedziałam że chętnie byśmy ją zostawili, bo dobrze „dogadała się" z Reksiem. Właścicielka się zgodziła i Lola została. Mają z Reksiem różne charaktery i są czasami bardzo zabawne.

Wszystko w moim życiu ciągle przekształca się, zmienia. Często pochopnie i zbyt stanowczo wydaję sądy o innych i o sobie: ten jest taki, ta taka, tego nie lubię, nie chcę. Potem coś się odwraca z powiewem wiatru, promykiem słońca, przedzierającego się przez chmurę i wszystko widać inaczej, jakby promienie rozszczepiane przez szklany pryzmat nagle zaczynały tworzyć realne obrazy. Diagnoza nowotworu u nielubianej przez nas osoby nagle wytrąca nam zniekształcający pryzmat z ręki, choć bronimy go zaciekle, jak czegoś cennego. A może to nie diagnoza, tylko Marek mówiący ze łzami w oczach: „Mogłabyś do niej zadzwonić, zapytać, jak się czuje? Ona pomogła ci, szybko dostać się do szpitala, gdy byłaś chora. Też mogłaś umrzeć." Dzwonię więc i pytam. Czuję się bardziej chora niż zazwyczaj, zimna, nieczuła, skupiona tylko na sobie. Skąd się bierze ten lodowaty mur, za którym kryję się pełna wrogości i agresji? Zauważyłam go dopiero od kilku lat. Pewnie tak postępuje choroba. I znowu piszę o sobie, choć zamierzałam o kimś innym – o siostrze Marka. Chyba uciekam od jej strachu, bólu i osamotnienia, które pewnie teraz czuje. Ma bliskich, ale każdy żyje swoim życiem, własnymi problemami. Martwię się, bo przełożyła termin operacji na później i widzę, że szuka specjalisty, który będzie ją leczył tylko lekami. Tymczasem moja koleżanka Dorota mówiła mi, że w jej szkole kilka nauczycielek miało ten typ nowotworu. Te, które miały zabieg usunięcia czują się dobrze, dwie, które zwlekały, już nie żyją. Co powiedzieć siostrze Marka i jemu samemu? Oni przecież wiedzą, że zwlekanie jest w tej sytuacji niebezpieczne.

Zamawiamy płyty do regału pod nowe akwaria. Ten nowy kierunek naszego życia, nowa pasja to jak wejście na nowy etap miłości, gdzie wreszcie patrzy się we wspólnym kierunku, a nie tylko na siebie nawzajem. Choć, jak we wcześniejszych częściach „Codziennie..." wspominałam, sami nie mamy dzieci. Nasze ryby, w przeciwieństwie do psów, obdarzają nas potomstwem. Trudno się jednak chlubić, że to z powodu dobrych warunków, bo niekiedy rozmnażają się właśnie pod wpływem stresu, gdy okoliczności są niesprzyjające. To instynkt przetrwania, przekazania genów. Mamy małe zbrojniki, małe skalary, a teraz może uda się odhodować rybki – barwniaki czerwonobrzuche. To niesamowite obserwować jak z takich jajeczek, potem małych przezroczystych poruszających się drobinek, wyrasta coś na kształt ryby. Akwarystyka jest obecnie trochę zapomnianym hobby, choć gdy byłam mała, dużo osób miało akwaria. Jest to pasja kosztowna i czasochłonna, ale polecam wszystkim dla poprawy samopoczucia, radości dnia codziennego, o której często zapominamy, czekając na wyjątkowe okazje. Mamy 8 akwariów. W każdym z nich znajduje się inna rybia historia.

Kiedy mam lepszy czas, zaczynam żyć problemami innych. Patrzę na związki moich znajomych i aż głupio mi, że czasem narzekam na Marka. Myślę, że kobiety wikłają się w dziwne związki tylko po to, by nie być samotnymi. Tak było z moim poprzednim partnerem. Związałam się z nim, żeby nie być sama. Nikola jest nadal z przemocowym partnerem, Dorota z mężem ciągle obrzucają się inwektywami, a Paulina po rozstaniu z mężczyzną, który ją zdradzał, związała się z mającym problemy z alkoholem i narkotykami. Jest jej wierny, o ile nie pije i nie bierze. Samotność jest niewymownie trudna. Każdy dzień jest do siebie podobny i pusty.

Czasem wydaje mi się, że osiągnęłam już szczyt wspinaczkowych umiejętności, że czas tak po prostu usiąść na tym płaskim, bez dużych wybojów szczycie i cieszyć się chwilami, jakie jeszcze zostały. Coraz częściej udaje mi się nie przejmować drobiazgami. Odpuszczać, zamiast niepotrzebnie się nakręcać. Czytelnikom miesięcznika „Filantrop Naszych Czasów" życzę wszystkiego dobrego w nowym roku.

S.A.

FOT. KAROLINA KASPRZAK

Zbigniew M. Nowak
KOŁOBRZEG

Szczygieł(66)

– Trzeba było powiedzieć, że ojciec po nią pojedzie. Czemu nie pomyślałeś? Ech, chłopaki! – rzuciła zirytowana. Zdezorientowany Mateusz wyszedł z pokoju. – Mateuszu – rzekła, ściskając chusteczkę – babcia Weroniki zmarła przed chwilą.

– Serce?

– Najpewniej... – odparł Hubert i znów spojrzał na telefon, jakby spodziewał się jeszcze jakiejś rozmowy z Weroniką, jakiegoś dalszego ciągu, sprostowania, że to pomyłka może, nieprawda...

– Chodźmy do pokoju, nie stójmy tak – odezwała się Helena.

– Już powinna nadjechać – rzekł Hubert i za Heleną ruszył do okna. Zatrzymał wózek blisko parapetu.

Na dworze przestało padać, lecz wiatr nadal gwizdał w szczelinach muru. Było ciemno i tylko lampa przed domem oświetlała schody wejściowe oraz najbliższe drzewa. Na podeście przysiadł młody kot, który od jakiegoś czasu przychodził bawić się z Sabą. W gęstym mroku zamajaczyły dwa małe światełka.

– Chyba jedzie! – powiedziała Helena. – Wyjdź, Mateuszu – ponagliła. – Pomóż jej.

Weronika wysiadała z taksówki, otworzyła sobie furtkę i dopiero wtedy zauważyła Mateusza czekającego przy schodach.

– Panie Mateuszu! – zawołała. – Nie mam... nie wzięłam!

– W porządku, pani Weroniko! Niech pani wejdzie do środka – krzyknął, sięgając po portfel.

Helena czekała na podeście. Szlochając, objęła ją jak kogoś najbliższego.

– Nie żyje... pani Heleno, babcia nie żyje – mówiła przez łzy Weronika. – Zmarła.

– Słyszę, kochanie... słyszę i serce mi pęka...– szeptała Helena. Współczując, przytuliła ją mocno i pozwoliła płakać. – To takie bolesne i niezrozumiałe, ja wiem.

– Już jakiś czas – starając się zapanować nad głosem, odpowiedziała Weronika. Wolną ręką rozpięła kurtkę i z szyi ściągnęła apaszkę do włosów.

– Może ja wezmę od pani?

– Dziękuję. Pewnie zaraz pójdę... – odrzekła.

– Dziecko, w takim stanie? – zaprotestowała Helena. – Zostań z nami, także na noc. Pościelę ci w pokoju na górze, w gościnnym. Będzie ci dobrze. Zaraz zaparzę ci herbatę – rzekła, gładząc jej włosy. – Ty pewnie dzisiaj nic w ustach nie miałaś. Mateuszu, proszę cię, wstaw wodę.

– Babcia miała duszności, takie jak często miewała, właściwie te wydały mi się inne. Zadzwoniłam po pogotowie. Przyjechali dość szybko, nawet nie wiem, czy czekałyśmy piętnaście minut. Lekarz zadecydował, że trzeba ją zabrać. Niepokoiłam się bardzo, ale nie przeczuwałam, że stanie się to najgorsze. Dopiero jak zawieźli babuszkę na oddział i położyli. Sala miała numer trzynasty. Ta trzynastka. Tknęło mnie... Babuszka wierzyła w znaczenie liczb, całe życie bała się trzynastki. Zawsze unikała tego numeru. Trzynastego nie podejmowała żadnych znaczących decyzji, nie jeździła trzynastkami, uważała, by niczego w tej liczbie nie kupować. Nawet mieszkać wolała dwa piętra wyżej i czekać blisko rok dłużej na mieszkanie, byleby nie zamieszkać pod trzynastką, bo tak akurat wypadło. A ta trzynastka dziwnie jej się trafiała. Mówiła zawsze, że ten numer ją prześladuje. Trzynastego zmarła moja prababcia, trzynastego zmarł dziadek. Ten numer był dla niej jakimś przeznaczeniem. Uciekała przed nim całe życie. Dlatego kiedy dziś w szpitalu... Kolana ugięły się pode mną... To był znak. Trzeba było coś robić, a ja?

– Cóż ty mogłaś zrobić, biedactwo? – Helena pogładziła jej ramię. – Czy w takiej chwili da się coś zrobić?

Co miała jej powiedzieć? Żeby się nie martwiła? Że babcia już nie cierpi? Że teraz wreszcie odpocznie i już więcej nie będzie się męczyć? Że już nigdy nic nie będzie jej dręczyło? Pewnie była w tym i jakaś prawda, ale czy to teraz mogłoby pocieszyć? Czy taka prawda była jej w ogóle potrzebna?

– Mój Boże – westchnęła ciężko. – To boli, ja wiem...

– Babcia miała w sobie tyle energii, mogła jeszcze tak długo żyć.

– Była też chora i cierpiąca. – rzekł Hubert. – I na pewno bardzo zmęczona.

– Pewnie nawet nie wie, że umarła... babuszka moja...

Hubert ujął jej rękę. Czuł się zupełnie nieużyteczny, nic w tej chwili nie potrafił zrobić.

Weronika cicho pociągała nosem.

– Chciała kieliszek podpiwka – przypomniała sobie. – Pacjentka naprzeciw miała jeszcze pół butelki. Chciała kilka łyków, prosiła mnie, a ja jej nie dałam. Bałam się, że jej zaszkodzi. Bałam się. Tyle mam zastrzeżeń, tyle wątpliwości. Gdybym to... albo gdybym co innego... Może gdybym... – Głos jej drżał i załamywał się. Ogarnięta rozpaczą koniecznie chciała odnaleźć jakąś teoretyczną decyzję, która w przeszłości mogłaby na czas zapobiec nieszczęściu.

– Byłaś z babcią do końca? – zapytał po dłuższej chwili.

Spojrzała na niego, jakby nie rozumiała, o co pyta.

– Do końca. Ale w decydującej chwili odwróciłam się i wtedy ona umarła – zaszlochała. – To tak, jakby mnie przy niej nie było.

– Nawet jeśli pani fizycznie była nieobecna, ona czuła, że jest pani razem z nią – zapewniał Mateusz. – Ona to czuła.

– Zmarła, a ja zostałam całkiem sama – powiedziała, patrząc w nieokreślony punkt. – Nie mam już nikogo.

– Masz nas, kochanie – rzekła Helena. – Nie opuścimy cię, nie zostawimy, Weroniczko.

Była szczera w tym wyznaniu. Wiedziała dziś to, co wcześniej tak mocno czuła, że ta dziewczyna należy do nich, że jakimś wrażliwym nerwem jest mocno z nimi spleciona, że jest im przeznaczona na zawsze i że nie pozostawią jej samej wobec nieszczęścia.

Weronika wyglądała, jakby słowa Heleny nie docierały do niej, jakby ich nie słyszała. W pewnym momencie uśmiechnęła się blado i zaczęła patrzeć trochę przytomniej.

– Babuszka była bardzo wierząca – rzekła – bardzo... I w tej wierze żyła do końca.

– Jak twoja babcia miała na imię? – spytała Helena.

– Ludmiła – odparła dziewczyna. – Dla bliskich kiedyś była Miłką.

– Będziemy modlić się za jej duszę. Będziemy modlić się za duszę Miłki.

To zapewnienie przyniosło jej ulgę. Jeszcze coś można było zrobić dla zmarłej, coś ważnego. Weronika piła herbatę skupiona na tej myśli.

Nie chciała zostać na noc. Nie chciała nic zjeść, nie chciała nic. Zgodziła się tylko, żeby Mateusz odwiózł ją do domu. Tym razem ciężko było wracać do pustego mieszkania, między zimne przedmioty, które nagle stały się pamiątką po kimś bliskim. Ale musiała wrócić.

cdn.

Książka wydana nakładem
Wydawnictwa BIS
ul. Lędzka 44a
01-446 Warszawa
tel. (22) 877-27-05, 877-40-33
fax (22) 837-10-84

KATARZYNA KUSEK
GRABINY

TRANSITUS

Trzeba
z matki łona wypłynąć
i świat zdobywać krzykiem.
A potem
penetrować rzeczywistość,
oswajać zwierzęta i ludzi.
Mieć coraz więcej wszystkiego,
na wyciągnięcie ręki góry złote.
Pełnia,
która nagle zaczynać ubywać,
przesilenia czas
krótszy oddech
i krew gęstsza bardziej.
Tymczasem
coraz mniej w tobie siebie,
i za mgłą niknie przyszłość,
mniej widzisz,
mniej słyszeć,
nie rozumiesz już nic.
Samotny jesteś
w czterech ścianach ja.
W końcu
zniewolony przez czas,
legniesz na łopatki.
Jak dziecko,
będziesz dojrzewał powoli do wieczności.
Aż nadejdzie chwila,
gdy w łono ziemi wejdziesz niemy,
aby jak ziarno
oczekiwać owocu zmartwychwstania.

LAUDATE DOMINUM

Twój los zapisany w gwiazdach
i w źrenicy Boga, człowieku.
Błogosław temu, który iść wytrwale kazał,
odmierzając drogę stukotem serca,
w ciemności, przeznaczenia.
Bądź wierny i idź.

Bieg Mikołajkowy

3 grudnia to Międzynarodowy Dzień Osób Niepełnosprawnych. Podopieczni Warsztatu Terapii Zajęciowej w Dusznikach aktywnie obchodzili ten dzień. Brali czynny udział w X Dusznickim Biegu Mikołajkowym.

Miło było się znaleźć wśród biegnących Mikołajów, tym bardziej, że zbiórka artykułów, towarzysząca wydarzeniu, przeznaczona była dla WTZ. Imprezie towarzyszył Jarmark, w trakcie którego było można odwiedzić nasz kiermasz bożonarodzeniowy i nabyć produkty wytworzone przy współudziale osób niepełnosprawnych. To był bardzo intensywny dzień. Cieszyło nas ogromne zainteresowanie naszą działalnością i produktami.

REMIGIUSZ PRZEWOŹNY

FOT. (7X) ARCHIWUM WTZ W DUSZNIKACH

Ludziom przydarzył się cud

— Kiedy się urodziłam, lekarze powiedzieli rodzicom, że będę rośliną. Że nie będę nawet mówić – wspomina Joanna. Porażenie mózgowe dotknęło jej nóg, rąk i mięśni twarzy. Wbrew prognozom medycznym, Joanna, teraz już dojrzała kobieta, nie tylko mówi, ale i pracuje. Jest jedną z bohaterek filmu pt. „Gen Niezależności", którego prapremiera odbyła się 4 grudnia 2023 roku w Klubokawiarni NOT w Koninie. Pokaz zorganizowano z okazji obchodzonego 3 grudnia Międzynarodowego Dnia Osób Niepełnosprawnych.

18-letnia Emilia cudem przeżyła wypadek samochodowy. W dorosłe życie „wjechała" na wózku inwalidzkim, z porażeniem czterokończynowym. Filip „łamał się" setki razy. Choruje na wrodzoną łamliwość kości. Iwona wygrała walkę z rakiem, ale do tej pory żyje z powikłaniami po leczeniu choroby nowotworowej.

Joanna, Emilia, Filip i Iwona zdecydowali się opowiedzieć publicznie o tym, jakie ograniczenia swoich ciał i emocji musieli pokonać oraz jakie bariery fizyczne, organizacyjne i społeczne przekroczyć, aby żyć niezależnie. Ich zwierzenia zarejestrowała kamera. W ten sposób powstał film pt. „Gen Niezależności", który można obejrzeć tutaj: https://youtu.be/UT1Q67v3yFo

Pomysłodawcą i realizatorem filmu jest Fundacja im. Doktora Piotra Janaszka PODAJ DALEJ w Koninie. Bohaterowie filmu są jej pracownikami. Joanna Maciejewska odpowiada m.in. za organizację spraw biurowych. Emilia Wiesion jest instruktorką niezależnego życia dla osób z niepełnosprawnościami. Iwona Grześkowiak zarządza mieszkaniami treningowymi, a Filip Sobieszek m.in. tworzy dokumentację filmową z fundacyjnych wydarzeń.

– Patron naszej Fundacji, Doktor Piotr Janaszek powtarzał, że niezależność to naturalna, wrodzona potrzeba każdego człowieka. Także człowieka z niepełnosprawnością. I że zamiast szukać osobom z niepełnosprawnościami ich „miejsca na ziemi" powinniśmy rozwijać w nich tę niezależność. Wtedy same znajdą to miejsce. Bo tylko one wiedzą, które jest dla nich najlepsze – mówi Zuzanna Janaszek-Maciaszek, prezeska Fundacji PODAJ DALEJ.

Fundacja PODAJ DALEJ powstała w 2004 r. W przyszłym roku obchodzi jubileusz 20-lecia działalności. Każdego roku obejmuje opieką ponad 250 osób z niepełnosprawnościami. Dzięki Fundacji PODAJ DALEJ i jej autorskiemu programowi mieszkań treningowych, niezależne życie prowadzi już 381 osób z niepełnosprawnością ruchową, głównie po urazach rdzenia kręgowego, z całej Polski. Kolejne setki czekają na tego rodzaju pomoc. Będzie ona możliwa po pełnym uruchomieniu powstającej w Wąsoszach pod Koninem OSADY JANASZKOWO – nowoczesnego kompleksu rehabilitacyjno-mieszkalnego, w którym osoby z niepełnosprawnościami nauczą się żyć niezależnie – www.osadajanaszkowo.pl

Pokazowi filmu towarzyszyła prezentacja publikacji, pod tym samym tytułem, w której o swoich drogach ku niezależności opowiadają wszyscy pracownicy z niepełnosprawnościami Fundacji PODAJ DALEJ.

Fundacja działa bowiem nie tylko na rzecz z osób z niepełnosprawnościami, ale także wspólnie z nimi. Ponad 1/3 stałego zespołu Fundacji stanowią osoby z niepełnosprawnościami.

Film „Gen Niezależności" powstał na podstawie scenariusza Magdaleny Gajdy. Realizatorem zdjęć i reżyserem jest Paweł Pachulski (White Crow Studio). Film posiada audiodeskrypcję, napisy, a także jest tłumaczony na Polski Język Migowy przez Karinę Akseńczuk z Centrum Języka Migowego CODA.

Projekt „GEN NIEZALEŻNOŚCI", w ramach którego powstały: film, publikacja i landing page – www.genniezaleznosci.pl – współfinansowany jest ze środków PFRON będących w dyspozycji Samorządu Województwa Wielkopolskiego. Przedstawione w filmie, publikacji i na landing page treści wyrażają poglądy realizatora projektu i nie muszą odzwierciedlać oficjalnego stanowiska Samorządu Województwa Wielkopolskiego.

Kontakt dla mediów:
Zuzanna Janaszek-Maciaszek
Telefon: 63 211 22 19
E-mail: zuzanna.janaszek@podajdalej.org.pl

JUSTYNA GACH

FOT. (3X) ARCHIWUM FUNDACJI „PODAJ DALEJ"

Warsztatowe pierniki

Tradycja obowiązuje: uczestnicy pracowni gospodarstwa domowego Warsztatu Terapii Zajęciowej w Dusznikach upiekli pierniki.

Nad dekorowaniem pracowali podopieczni z wszystkich pracowni. Powstały aromatyczne, kolorowe ciasteczka.

WTZ w Dusznikach w ciągu roku realizuje różne działania rehabilitacyjno-terapeutyczne, dzięki którym osoby z niepełnosprawnościami uczą się samodzielności i niezależności w codziennym życiu.

REMIGIUSZ PRZEWOŹNY

FOT. (5X) REMIGIUSZ PRZEWOŹNY

Zamknąć lato w słoiku

Jesienne popołudnie siedzibę Stowarzyszenia „Bioderko" zdominowały zapachy kiszonek i ziemniaków. A wszystko – w trosce o zdrowie naszej "Bioderkowej Rodziny". Jeszcze niedawno kiszonki na polskich stołach reprezentowały ogórki i kapusta. Dziś kisimy warzywa i owoce, bo kiszonki, to najprostszy i najtańszy domowy sposób na poprawę odporności.

Przybyli na spotkanie członkowie stowarzyszenia i goście szukali odpowiedzi na pytanie: jak można schować lato i witaminy oraz energię, jaką przynosi nam ta optymistyczna pora roku? Aktywna dyskusja zmobilizowała wszystkich do praktycznych wniosków i wspólnych kulinarnych wytworów. Nie zabrakło i buraczanego toastu „na zdrowie" sokiem z kiszonych buraków. Po cennych informacjach odbył się konkurs, w którym nagrodą była kapusta. Omówiono również sposoby przechowywania witamin na zimę.

Zachęcano też do łączenia kiszonek z ziemniakami. Ta prawdziwa bomba witamin z pewnością i to w różnych wariantach pojawi się jeszcze wiele razy w domach naszych dzisiejszych gości. Kiszonki wzmacniają organizm i zawierają kwas mlekowy, który reguluje florę bakteryjną. Bakterie kwasu mlekowego są naturalnymi probiotykami. Kwas mlekowy wspomaga trawienie, zmniejsza poziom cholesterolu. Kiszonki dostarczają witamin takich jak magnez, wapń, fosfor i potas. Kiszone warzywa są też mniej kaloryczne niż surowe i co najważniejsze – naturalnie zachowują swoje właściwości odżywcze.

MAŁGORZATA JEŚKO-DOREGOWSKA

Honorata Pilarczyk i Małgorzata Jeśko-Doręgowska.

Danuta Wrzeszcz.

FOT. (5X) ARCHIWUM STOWARZYSZENIA „BIODERKO"

Opowieść wigilijna

28 listopada 2023 roku, by poczuć już atmosferę świąt, uczestnicy Warsztatu Terapii Zajęciowej w Wiardunkach wraz z opiekunami udali się autokarem do Gniezna, aby w tamtejszym Teatrze im. Aleksandra Fredry zasiąść na widowni i obejrzeć sztukę pod tytułem „Opowieść wigilijna" autorstwa Charlesa Dickensa.

Aktorzy wcielili się w swoje role śpiewając. To było bardzo piękne. Momentami nastrój był dramatyczny. Publiczność, także nasi uczestnicy i instruktorzy byli głęboko zasłuchani w opowieści Wigilii Bożego Narodzenia. Dzieło to powstało w 1843 roku. Trwać będzie zawsze.

DOMINIKA NIERADKA-JESSA

FOT. (3X) ARCHIWUM WTZ W WIARDUNKACH

Pomoc z serca

Każdy człowiek potrzebuje drugiego człowieka. Choć wielu dąży do możliwie jak największej samodzielności i niezależności w różnych sferach życia, zawsze zdarzy się jakaś sytuacja, w której będziemy kogoś potrzebowali lub gdy ktoś będzie potrzebował nas. Okres świąteczno-noworoczny oraz zimowa aura skłaniają do poszukiwań aktywności przynoszących satysfakcję i poczucie spełnienia. Może to właśnie niesienie pomocy będzie działaniem, które wytworzy w Was, Drodzy Czytelnicy, te uczucia?

Moi rodzice już w latach 90 XX wieku, mimo problemów i trosk wynikających z mojej niepełnosprawności i choroby naszej krewnej, zawsze pomagali. Czynili to bez rozgłosu. Nigdy nie lubili funkcji reprezentacyjnych. Tato angażował się zawsze w prace remontowe przy kapliczce, kościele parafialnym i wokół niego. Gdy uczęszczałem do przedszkola, wykonał urządzenia do zabawy dla przedszkolaków. Dziewczynie z niepełnosprawnością ruchową zrobił huśtawkę ogrodową, żeby latem mogła spędzać czas na dworze.

Sposobów organizowania i niesienia pomocy drugiemu człowiekowi jest wiele. Obchodzony 23 lutego Międzynarodowy Dzień Pomocy Potrzebującym przypomina o osobach, którym zwyczajny, ludzki gest może ocalić zdrowie albo życie. Pomagać możemy systematycznie, na przykład będąc wolontariuszami w organizacji pozarządowej, albo okazjonalnie biorąc udział w akcjach charytatywnych. Nigdy nie pozostawajmy obojętni na cierpienie drugiego człowieka.

Ze smutkiem obserwuję, jak wiele osób w dzisiejszych czasach wyrzuca do śmietnika jedzenie zamiast ofiarować je głodnym i ubogim. W każdym większym mieście funkcjonują punkty pomocowe, do których można przekazać żywność lub odzież używaną. Dzielmy się tym, co mamy, bo nikt z nas nie jest na tyle biedny, aby nie pomóc drugiemu.

KRYSTIAN CHOLEWA

Pachniało

piernikami

W dzień 6 grudnia roku 2023 w Stowarzyszeniu „Iskra" w Poznaniu odbyła się wyprzedaż świąteczna. Przepięknie to wyglądało, bo było dużo światełek na choinkę. Przed wyprzedażą zdobiliśmy pierniczki i robiliśmy kartki świąteczne.

Potem pakowaliśmy w paczki do sprzedaży. Na stołach było bardzo dużo świątecznych rzeczy: wianki, babki, mydełka i aniołki. Przyszło wielu rodziców i kupowali dużo ładnych rzeczy. W tym dniu oglądaliśmy też nowy projekt filmowy: „Tego się nie robi kotu". Widząc to, bardzo wszyscy się wzruszyli. Przy wejściu był świąteczny kącik i tam Marcin Kaczyński robił nam zdjęcia. Na zdjęciu byliśmy z rodzicami i kolegami. Kolorowe zdjęcia są przepiękne.

Przebrani byliśmy za Mikołaja, zdjęcia wyszły super. Pan Tomek je nam wydrukował. Wspaniale wyszło i wszyscy byli zadowoleni. Lubię te dni, bo są świąteczne i wyjątkowe. Było bardzo kolorowo i pachniało piernikami.

MAGDALENA BRYL

FOT. (9X) MARCIN KACZYŃSKI

Podróż do celu

Turystyka osób z niepełnosprawnościami to ważny temat w kontekście tworzenia im możliwości aktywnej rehabilitacji. Z przeprowadzonych w 2023 roku badań wynika, że tylko 23 procent osób z ograniczeniami sprawności aktywnie podróżuje. W większości przypadków powodem jest ograniczony budżet, ale również brak osoby towarzyszącej lub niedostępność obiektów, które osoby te chciałyby odwiedzić.

W odpowiedzi na niedostateczną reprezentację tej grupy w turystyce powstała kampania społeczna pod nazwą „Turystyka bez kompromisów" akcentująca zapewnienie pełnej dostępności, samodzielności, inkluzyjności oraz edukacji. Kampania zwraca uwagę, że każdy bez wyjątku ma jednakowe szanse korzystania z infrastruktury, usług i atrakcji turystycznych, czerpania bogatych i satysfakcjonujących doświadczeń podróżniczych.

„Turystyka bez kompromisów", jak czytamy na stronie kampanii https://bezkompromisowa.pl, zakłada dostosowanie infrastruktury turystycznej, usług i dostępności informacji tak, aby pozwalały na samodzielne planowanie wycieczek, rezerwację noclegów czy poruszanie się po nowych miejscach. Kładzie nacisk na samodzielność rozumianą jako środowisko pozwalające na niezależność w podróżowaniu oraz szacunek dla indywidualności i zdolności adaptacyjnych osób z niepełnosprawnościami, aby mogły doświadczać świata na własnych warunkach. Inkluzyjność to tworzenie bardziej otwartego środowiska szanującego prawo osób z niepełnosprawnościami do czerpania pełni korzyści z podróżowania. Z kolei edukacja, zgodnie z założeniami kampanii, opierać się ma na szerzeniu wiedzy i zrozumienia na temat wyzwań, z jakimi na co dzień mierzą się osoby z niepełnosprawnościami oraz dążeniu do zmian postaw i kształtowania bardziej włączającej kultury podróżowania. Kampania udowadnia, że każdy ma prawo odkrywać świat i w ten sposób integrować się ze społeczeństwem.

Oprac. KK.

Szopki z tysięcy zapałek

W 2021 roku jego dzieło trafiło do Watykanu. Spotkał się z papieżem Franciszkiem, który docenił jego talent. W roku 2023 wykonał szopkę bożonarodzeniową z blisko 160 tysięcy zapałek, która trafiła do Santiago de Compostela, słynnej wśród pielgrzymów miejscowości w Hiszpanii. Przemysław Kozłowski, bo o nim mowa, to nietuzinkowy artysta z niepełnosprawnością, który pasjonuje się sztuką od dziecka. Jest mieszkańcem Słupowa w gminie Sicienko w województwie kujawsko-pomorskim.

Każdy dzień rozpoczyna od pracy w swoim warsztacie. Praca jest wykonywana skrupulatnie i dokładnie. Budowa jednej szopki trwa bardzo długo, bo nawet kilka miesięcy. Dwa lata temu szopka jego autorstwa stanęła w Pałacu Prezydenckim. Szopka składała się z 78059 zapałek, a praca nad nią trwała ponad trzy miesiące. Nie jedna osoba z niepełnosprawnością załamałaby się, ale nie bohater mojego artykułu. Jego postawa może być wzorem do naśladowania dla uczniów szkół podstawowych i średnich. Przemysław Kozłowski pokazuje, że warto dążyć do spełniania najskrytszych nawet marzeń. Wraz z doświadczonym pielgrzymem Krzysztofem Gutkowskim dotarł do Santiago de Compostela pokonując pieszo 318 kilometrów w tydzień.

Odwiedza liczne warsztaty terapii zajęciowej i środowiskowe domy samopomocy. Organizuje plenery rzeźbiarskie i warsztaty artystyczne, podczas których uczy wykonywania prac z zapałek. Każda zapałka nakładana jest pęsetką. Istotne znaczenie ma również proces wypalania zapałek. Na jego wystawy i spotkania autorskie przychodzą liczne grupy osób z niepełnosprawnościami. Pracami Przemka interesują się też osoby pełnosprawne z różnych środowisk. Podkreśla, że trzeba lubić to, co się robi, bo tylko wówczas praca przynosi oczekiwane rezultaty, satysfakcję i poczucie misji.

KRYSTIAN CHOLEWA

FOT. ARCHIWUM PRZEMYSŁAWA KOZŁOWSKIEGO

Przemysław Kozłowski w Hiszpanii.

Andrzejki w Wągrowcu

11 listopada 2023 roku udaliśmy się na zaproszenie Warsztatu Terapii Zajęciowej w Wągrowcu na zabawę andrzejkową. Zabawa odbyła się w hotelu „Pietrak" w Wągrowcu.

Do wspólnej zabawy zostały zaproszone wszystkie placówki naszego Stowarzyszenia REHABILITACJA, w tym także nasz WTZ w Wiardunkach. Po przybyciu na miejsce otrzymaliśmy kawkę z ciastem. Do wspólnej zabawy zaprosił nas DJ Arash. Zabawa bardzo podobała się uczestnikom. Każdy w pełni wykorzystał czas, który zaplanowany był na wspólna zabawę. Po tańcach otrzymaliśmy dobry obiad. Niestety, wszystko co dobre szybko się kończy i o godzinie 13.00 udaliśmy się w drogę do naszego Warsztatu. Miło było także spotkać uczestników innych WTZ-etów.

AGNIESZKA REWERS

Oczne sprawy

Okulistyka to dziedzina medycyny, która rozwija się cały czas. Polski Związek Niewidomych za pośrednictwem swojej strony internetowej podzielił się materiałem publikowanym ze źródła PAP MediaRoom na temat roku 2023 w okulistyce. Wypowiedzi prezentował m.in. konsultant krajowy do spraw okulistyki profesor Marek Rękas. Z materiału dowiadujemy się m.in., że zostały zrealizowane trzy programy lekowe dotyczące: cukrzycowego obrzęku plamki żółtej, zwyrodnień plamki żółtej związanych z wiekiem oraz leczeniem zapalenia błony naczyniowej.

Lekarze specjaliści spotkali się 20 grudnia 2023 roku na konferencji podsumowującej ostatnie dwanaście miesięcy, którą zorganizował „Puls Medycyny". Profesor zaznaczył na spotkaniu, że istotne zmiany zaszły w leczeniu zaćmy. Jak twierdzi, Polska znalazła się w czołówce Europy, jeśli chodzi o operacje jednodniowe – 97% jest wykonywanych w tym trybie, tak jak we Francji czy w Niemczech. Wykonujemy 350 tysięcy operacji zaćmy rocznie, a powinniśmy wykonywać ich 400 tysięcy. Brakuje finansowania soczewek torycznych na astygmatyzm i poniżej dwóch dioptrii – soczewek ogniskowych.

9 tysięcy pacjentów zostało objętych programem leczenia cukrzycowego obrzęku plamki żółtej. Tych pacjentów, podobnie jak wykonywanych operacji zaćmy, powinno być więcej. Z programu lekowego dotyczącego zwyrodnień plamki żółtej związanych z wiekiem skorzystało natomiast 40 tysięcy pacjentów.

Na konferencji podsumowującej rok 2023 głos zabrał również kierownik Klinicznego Oddziału Okulistyki Wojewódzkiego Szpitala Specjalistycznego Nr 5 w Sosnowcu dr hab. Dariusz Dobrowolski, który podkreślił, że stara się zmienić sytuację z przeszczepem rogówek, czyli postawić na przeszczepy warstwowe, które są mniej obciążające dla pacjenta.

Oprac. KK.

A.M. Krystosik Gromadzińska
SZCZECIN

Zaufałem drodze
wąskiej
takiej na łeb, na szyję
z dziurami po kolana
takiej nie w porę...

Tak pisał ksiądz Jan Twardowski w wierszu „Zaufałem drodze". My też zaufaliśmy. Ale nam było łatwiej, bo innej drogi nie było, nie ma i nie będzie. Wpadamy więc w te „dziury po kolana", a wszystko zawsze „nie w porę". Droga się wije między kolejnymi badaniami, zabiegami, chorobami. Wiedzie przez szpitale, poranie i przychodnie. Przeciskamy się wąską ścieżką opatrunków, leków i diet. Czasami spadamy „na łeb na szyję". Poobijani leczymy rany, które goją się powoli.

Każdy wyjazd na badania kontrolne jest niewiadomą. Jeden dzień, może dwa, a może 8 tygodni? Nigdy nie wiemy, ile czasu trzeba będzie spędzić poza domem. Ale zaufaliśmy drodze, tej która doprowadzi nas... do celu. Może spotkamy na polanie św. Agnieszkę, która pojawia się w dalszej części wspomnianego wiersza.

Gdy trzeba, tracimy kolejne dni nieobecności w szkole, w domu, w pracy, w życiu naszych rodzin i przyjaciół. A choroba zawsze jest „nie w porę". Kolejne urodziny, rocznice, wydarzenia bez nas. Widzimy je tylko na zdjęciach. A kiedy wreszcie nasze życie wraca do względnej normy, trzeba nadrabiać zaległości, te w rodzinie, wśród przyjaciół, w szkole, w pracy. Niektórych nadrobić się już nie da. Coś nas znów ominęło. Skończyło się. Zastąpili nas inni. Poszli dalej.

Chorować jest trudno, ale wracać po dłuższej nieobecności też nie jest łatwo. Wraca się do świata, który jest już trochę inny niż zostawiony. Trzeba na nowo oswajać, to co było już oswojone, a może oswajać się z tym, co się zmieniło. Czasami nawet nie ma czasu, by cieszyć się z powrotu. Dogonić świat to jest wyzwanie.

Szkoła. W szkole sprawdziany, te nowe i zaległe. Ocen za mało. Lekcje, potem korepetycje, potem znów lekcje. Boli od tego wszystkiego głowa. Odwykło się przez dwa miesiące wakacji i dwa kolejne poświęcone na rekonwalescencję od życia szkolnego. Zmęczenie dopada już w szkole. Za rok matura. Trzeba się nauczyć uczyć, na nowo. Planować. A kiedy relacje? Spędzam wolny czas z przyjaciółmi. Jaki wolny czas? Tyle do zrobienia. Ale spotykam się z rówieśnikami. Rozmawiamy. Dzień na wszystko za krótki. Stresuję się. Nie mogę się skupić. Nie zaliczam matmy. Poprawa zaległego sprawdzianu dołącza do listy zaległości. One się chyba nigdy nie skończą. Denerwuję się coraz bardziej. Piszę wypracowania, z polskiego, angielskiego, robię plakat na konkurs. Stresuję się. Wydaje mi się, że ciągle coś robię, a może wcale tak nie jest? Siedzę przez komputerem. Rozmawiam z przyjaciółmi. Już po północy... Wiem, że rano będę nieprzytomny, ale tyle tygodni byłem odcięty od świata. Nadrabiam zaległości. Wszystkie, nie tylko te w szkole.

Dom. Trzeba ogarnąć kuchnię, pokoje, po 8-tygodniowej nieobecności nazbierało się. Trzeba się przestawić na codzienność: leki, praca, dom, praca w domu, leki, umawianie wizyt, leki, dom, praca... bez końca. A do tego tyle jest do nadrobienia. Wiele projektów i zadań w zawieszeniu. Aż coś mnie zaczyna dusić. Trudno jest wspierać w zdrowieniu, ale nie jest też łatwo wracać. Powtarzam sobie „zaufałem drodze". Idę, a w zasadzie biegnę „na łeb na szyję". Grafik pęka w szwach. Kolorowe zapiski przesuwają się jak w kalejdoskopie. Muszę kupić kalendarz z większą ilością miejsca na notatki.

Żebym tylko nie dostała od tej gonitwy, przeplatanej ze stresem, zawału serca. Na razie nieliczni, jednak znajomi powolutku zaczynają się przenosić na „drugą stronę". Nie, nie będę nawet o tym myśleć, jednak instaluję aplikację mierzącą kroki, które przejdę. WHO zaleca by było ich między 6 a 8 tysięcy dla osób zdrowych, a w przypadku osób z chorobami, oczywiście jeżeli jest to możliwe, między 3,5 a 5,5 tys. kroków. Dzisiaj aplikacja pokazuje mi,

FOT. (4X) AUTORKI TEKSTU

Z dziurami po kolana

że przeszłam 5458 kroków i informuje mnie, że to za mało, by zyskać szansę na dłuższe życie, lepszy sen i poprawę nastroju. Nie brzmi dobrze. W Nowym Roku trzeba coś zmienić, ale jak skoro wciąż tyle zaległości do nadrobienia.

Nawet gdy jest w końcu w domu, wcale nie mam wolności. Muszę wszystkiego pilnować. Ciągle coś muszę robić. Strasznie mnie to denerwuje. Kiedy w końcu nie będę musiał wstawać rano, by wziąć leki? Dlaczego muszę czekać godzinę, by połknąć kolejne leki i zjeść śniadanie? Muszę przez to wstawać wcześniej niż inni. Chcę sobie dłużej pospać w weekend. Nie mam ochoty przerywać tego co robię, by mierzyć ciśnienie i temperaturę o określonej porze i to jeszcze dwa razy dziennie. Po co mam sprzątać, gdy jest czysto? Posprzątam potem. Nie wiem, kiedy, potem... Niech wszyscy gdzieś pójdą. Przeszkadzają mi. Nie mogę się skupić, bo ciągle ktoś czegoś ode mnie chce. Ręce mi się trzęsą od tych leków. Kiedy będzie inaczej?

Praca. Nie wiem od czego zacząć? Spojrzę na terminy. Dzisiaj nie zdążę zrobić wszystkiego, co bym chciała. Muszę jechać z Pawłem na szczepienie. Jutro? Jutro muszę go wcześniej odebrać ze szkoły, dać obiad, zawieźć na korepetycje. Pojutrze? Odrabiam wykłady do późna. Dzień mija za dniem, a każdy z nich jest za krótki. Jak ja bym chciała przyjść do pracy i mieć wolną głowę, mieć czas by uporać się ze wszystkimi zadaniami, a nie kończyć je wieczorami i nocami w domu. Chciałabym nie mieć wciąż świadomość zaległości do nadrobienia. Chciałabym, żeby wszyscy sobie gdzieś poszli. Przeszkadzają mi. Nie mogę się skupić, bo ciągle ktoś czegoś ode mnie chce.

Kiedy będzie inaczej?

W naszych, rodziców i dzieci, przemyśleniach i odczuciach wiele jest zbieżności. Chyba tak samo marzymy o spokoju, o poczuciu, że wszystko zostało zrobione. Nawet możemy w te „dziury wpadać", byle nie za często, ale chcemy iść dalej, nawet biegnąc „na łeb, na szyję". Niech chcemy tylko gonić świata, a iść razem z nim. Nieważne czy na początku dorosłego życia, czy na zaawansowanym jego etapie, chcemy coś osiągać, a tak bardzo jest to utrudnione przerwami na chorowanie. I chcemy czasami odpocząć, a to wydaje się wręcz niemożliwe, bo nawet gdy wstajemy od przysłowiowego biurka, siadamy przed komputerem, telewizorem czy z książką w ręku, to z tyłu głowy mamy listę „zaległości do nadrobienia".

I to jest problem, z którym mam wrażenie, boryka się wiele osób, które od czasu do czasu mają przymusową przerwę w codzienności z powodu pogorszenia stanu zdrowia. Czasami po prostu się nie da robić wszystkiego tego, co się robić powinno. Inne problemy stają się treścią życia i całą swoją energię się im poświęca. Szczególnie, gdy dotyczą one dziecka. Nic nie jest wtedy ważniejsze niż jego zdrowie i życie. A dziecko walcząc o siebie, też skupia się na kwestiach zdrowotnych i naprawdę jest tak, że leżąc w łóżku, pomimo tego, że wydaje się, że ma dużo czasu, to nie jest to czas, w którym nauka „wchodzi" do głowy. Niepewność, stres, czasami rozżalenie, a nawet zmęczenie, skutecznie blokują możliwości poznawcze. Nie jest łatwo się wtedy przełamać, nawet gdy fizycznych sił przybywa. Nie jest łatwo samodzielnie się zmobilizować do nauki i pracy, gdy z niepokojem oczekuje się kolejnych dni, tego co przyniosą. Czasami strach blokuje tak skutecznie, że nawet najprostsze czynności stają się wyzwaniem.

Nie chcę usprawiedliwiać zaległości, ale rozumiem blokadę, która naprawdę nie pozwala całymi dniami robić nic skomplikowanego. Robi się tylko to, co trzeba. Może organizm się w ten sposób obroni, by zachować siły na regenerację, by móc zachować czujność i uważność, by nie przeoczyć, w tym trudnym czasie, niczego co dotyczy priorytetów związanych ze zdrowiem?

Zaufaliśmy drodze, ale potrzebujemy jeszcze czasu. Mamy jednak przed sobą 366 zupełnie nowych dni. O jeden dzień więcej niż zazwyczaj. Podarunek od losu. Będziemy więc znów iść naszą drogą. A czytając do końca wiersz księdza Jana Twardowskiego „Zaufałem drodze", od którego początku zaczęłam, aż tak się tej naszej drogi nie boimy.

... i wyszedłem na łąkę
stała święta Agnieszka
nareszcie – powiedziała
martwiłam się już
że poszedłeś inaczej
prościej
po asfalcie
autostradą do nieba –
z nagrodą do ministra
i że cię diabli wzięli

Oby nas „diabli nie wzięli", jednak jeżeli droga będzie troszkę szersza, a dziury nie aż po kolana, to będzie nam nieco lżej. Z nadzieją wchodzimy w Nowy Rok. Dla wszystkich niech to będzie dobry rok.

FILANTROP NASZYCH CZASÓW
Miesięcznik

ZESPÓŁ REDAKCYJNY:
Marcin Bajerowicz – redaktor naczelny, Karolina Kasprzak – zastępca redaktora naczelnego, Krystian Cholewa, Agata Krystosik-Gromadzińska, Marcin Kaczyński, Zbigniew Nowak, Andrzej Rossa, Agata Sierota.

ADRES REDAKCJI:
60-681 Poznań
os. Bolesława Chrobrego 33 m 65
tel. 822-64-54, kom. 608-311-903
e-mail: mbajerowicz@wp.pl
www.filantrop.org.pl

WYDAWCA:
Fundacja Pomocy Osobom Niepełnosprawnym „Filantrop"
os. Bolesława Chrobrego 33 m 65
60-681 Poznań
tel. 608-311-903
www.filantrop.org.pl

KONTO:
BZ WBK SA VI/O Poznań
28-1090-1362-0000-0001-0665–8259

DRUK:
DRUKARNIA „KOM-DRUK"
Grzegorz Komisarek
ul. Karpińskiej 16, 60-462 Poznań
tel. 618 172 206
e-mail: komdruk@wp.pl

Redakcja zastrzega sobie prawo skrótów i zmian w nadsyłanych materiałach oraz nie bierze odpowiedzialności za ich autorstwo.

Za treść reklam i ogłoszeń redakcja nie ponosi odpowiedzialności.

Nakład: 2.000 egzemplarzy.

Jerzy Szulc
WARSZAWA

TELEDYSKUSJA

Jeden szczerzy zęby,
Drugi wyszczekany
I obaj nie wiedzą
Gdzie pies pogrzebany.

BUDOWNICZY

Musi się zawalić,
To prawo natury,
Jeśli się fundament
Buduje od góry.

UKŁADANKA

Zbyt marginesowy
Obraz Polski mamy.
Będziemy krańcową
Częścią panoramy.

HOMO SAPIENS

Człowiek się rozwinął.
Niektórzy na tyle,
Że ich jeszcze muszą
Pilnować goryle.

Fraszki

NOWE DROGI

I najnowsze drogi
Niewiele nam dadzą,
Gdy w głowach bezdroże,
A nogi prowadzą.

GŁĘBOKA MYŚL

Trudno wytłumaczyć
Będącym na fali,
Jak wielkie dno sobą
Reprezentowali.

ODPOWIEDZIALNOŚĆ

Już ci cymbalistów
Było w Polsce wielu.
I ty też im brawa
Biłeś, przyjacielu.

NA FALI

Często w słów powodzi
To tak jakoś bywa,
Że mądrość się topi,
A głupota pływa.

UTALENTOWANY

Takim nieprzeciętnym
Dureń był głupolem,
Że natychmiast został
Debilów idolem.

OTCHŁAŃ

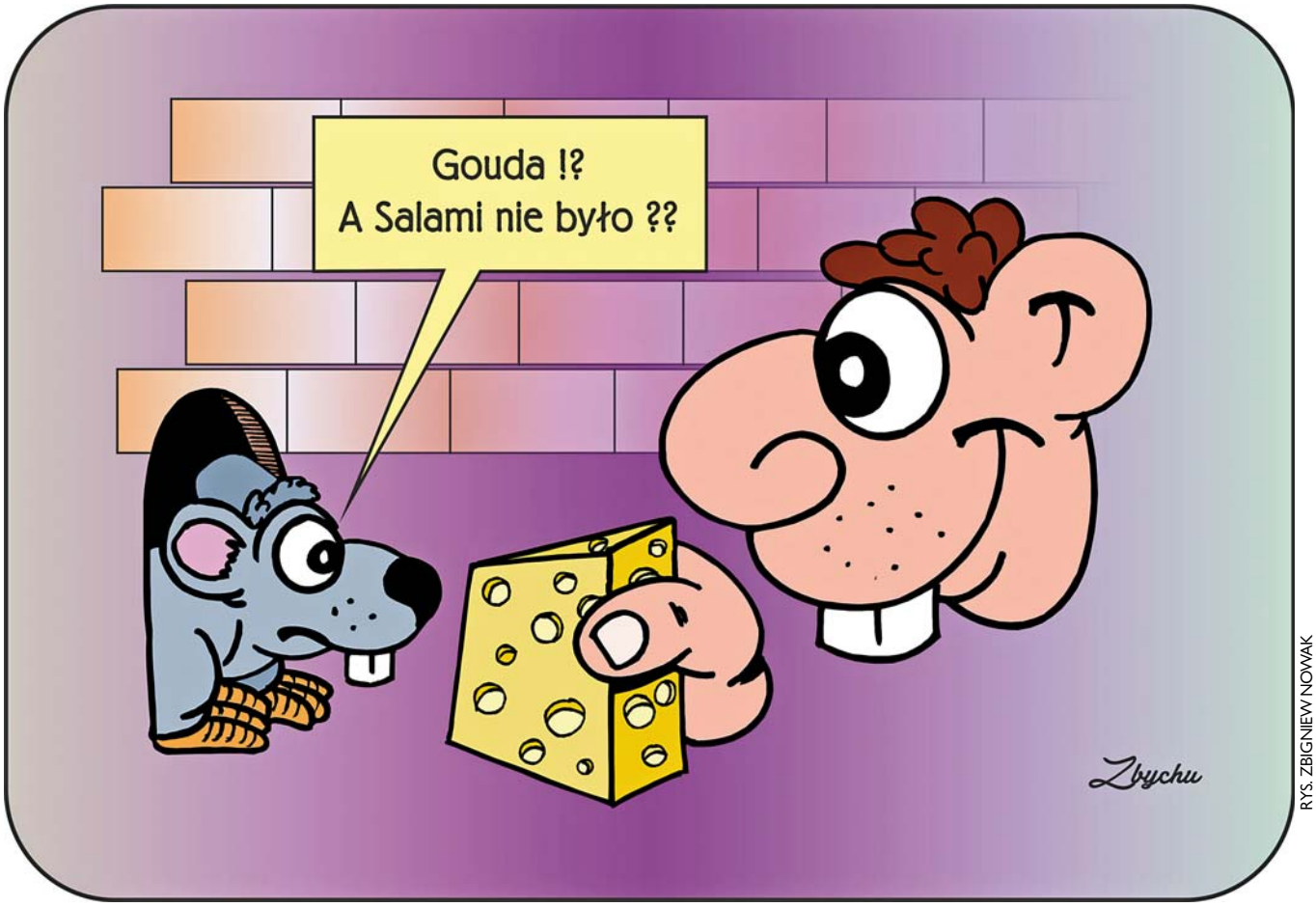
Czasem i myśl mądra
Tak głęboka bywa,
Że z głowy jedynie
Głupota wypływa.

ROTA

Nie rzucim ziemi
Skąd ród, nie rzucim,
Popracujem w Stanach,
Z dolarami wrócim.

KOCHANIE

Kocham – wciąż
powtarzał.
Kilka lat zleciało,
No i z tego „kocham"
Tylko „cham" zostało.



RYS. ZBIGNIEW NOWAK

Kaczmarkowo mo się oświadczać ciengiem!

Zez Ryniem i dochtorem Gutmanem pojachalim do sóndu, do Poznania, naszym starym Renoldem. Dochtora wezwali asy zez Urzyndu Zdrowia, czyli urzyndasy.Przed dziesiunciu laty pacjent przed wizytom oświadczoł na piśmie, że jestta ubezpieczuny.

Zaczła się rozprawa, a prowadziła pani syndzia.

– Jak się nazywo tyn mantelek, wew którny oblikła się syndzina?

Ryniu brdynknył mi do ucha:

– Jestta toga.

Urzyndasy oskarżali dochtora, że nie zawsze oświadczenia były na jeich drukach, ino dochtor wydrukowoł własne papióry, które miały te same pozyncje, ale wew innyj kolejności.

Sund na to nie reagowoł. Zaś poszło o starom Kaczmarkowom lat kole osiemdziesiunciu. Dochtor powtarzoł istnej amedynki, a nie wypisywali ankiety.

– Skorno istna mo emenryture to jest ubezpieczunó do czasu, oż tojtnie – powiedzioł dochtor Gutman.

Przerwała syndzina:

– Przepis mówi, że za każdom razom pacjent mo wypełniać ankiete i się oświadczyć.

Pozwany to wiy, a tegó nie robił. Przepis to przepis jestta wew pierszyństwie, nawet do rozumu. Wynika z tegó, że Kaczmarkowo mo się oświadczać ciengiem!

Syndzina szpycła szydernie na nos i ogłosiła, że dalszy ciung sprawy za trzy miesiunce.

Jak wracalim, opowiedziołem zdarzynie zez dochtorem Nowakiem, którny robi na Wersytecie Medycznym. Roz kiedyś jachałem zez istnym wew Gniyźnie i stanylim przed Pałacem Biskupim. Na tylnym siedzyniu była odświeżuno czerwuno toga dochtora.

Dochtor Gutman wyskoknył na chwiłke do ksiyngarni.

Właśnie wracoł, jak dopadli mie Czarne Łebki (Straż Miejska).

– No, bydzie mandacik, zacznył jedyn, którny kiknył na toge.

Dochtor tyż to usłyszoł, ale drugi strażnik zacznył godać.

– Oj, bardzo ksiyndza przepraszamy.

A dodoł drugi: – Ksiyndza biskupa!

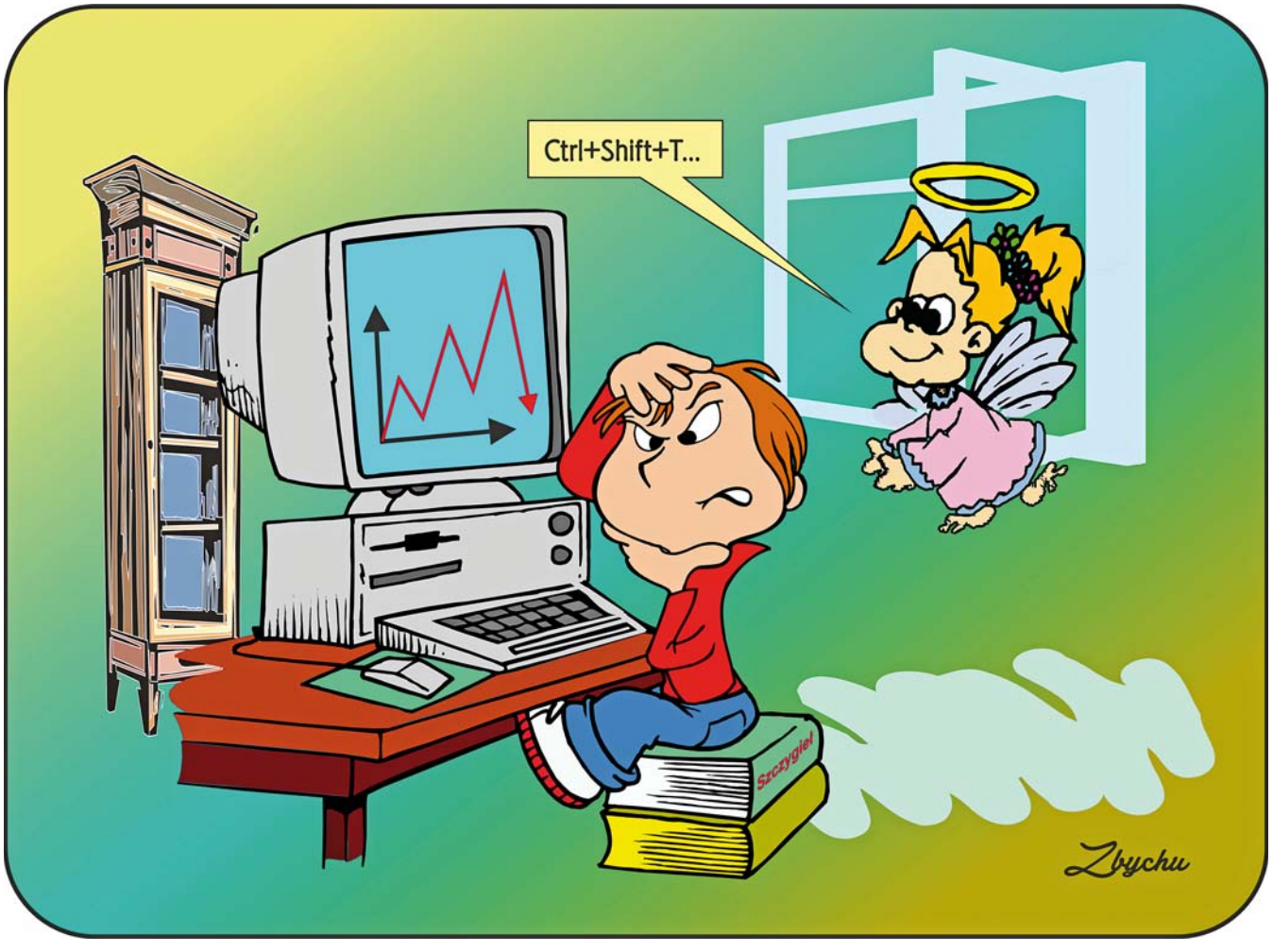
Dochtor uściskoł jeim pazury i powiedział:

– Fakt, żeby przed Pałacem Biskupim karać biskupa, to byłoby nie zakonieczne.

Dochtor dodoł jeszczyk: – Pax wobiscum – co mo oznaczać rzykomo Pokój z Wami.

Nastympnie pojachalim na bliski parking, żeby się wyśmiać, bo naprawdę nie szło jechać daliyj.

BOLECH
ZEZ CIERPIENGÓW

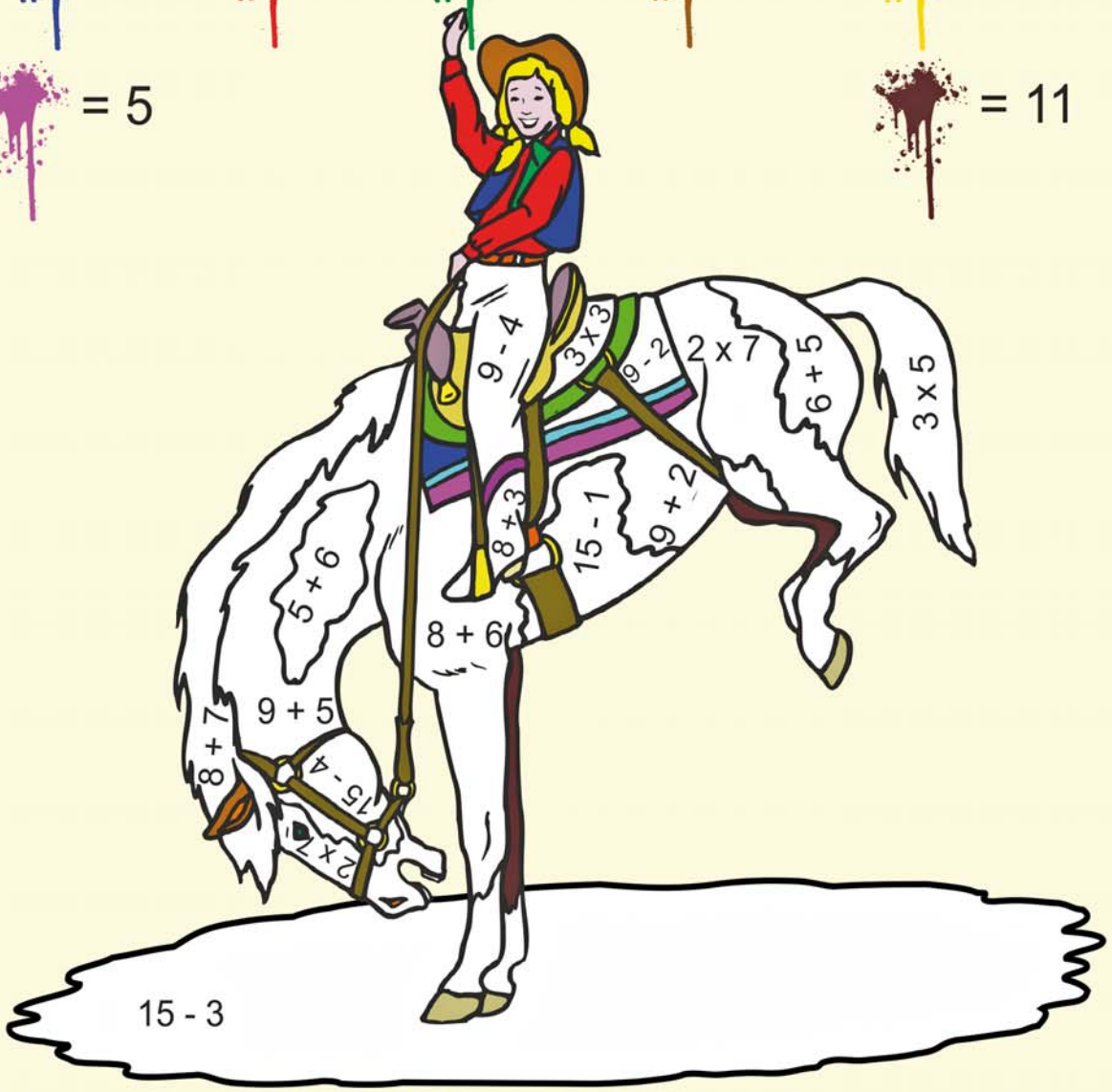


RYS. ZBIGNIEW NOWAK

JAMNIKOWE KOLOROWANKI

= 7 = 9 = 12 = 14 = 15

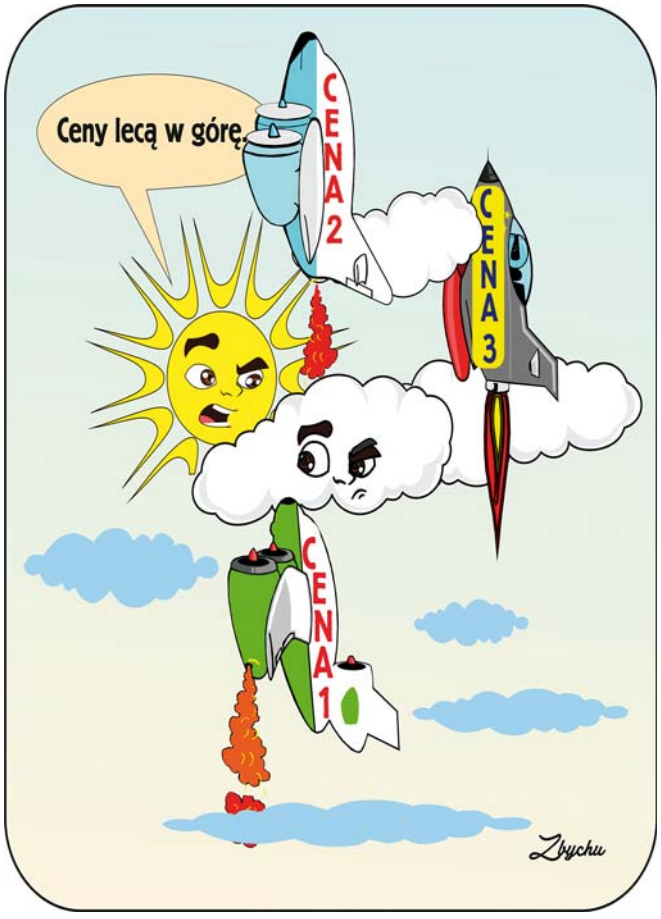
= 5 = 11



Wykonaj działania i dokończ kolorowanie obrazka według wskazanych barw.

RYS. ZBIGNIEW NOWAK

RYS. ZBIGNIEW NOWAK



RYS. ZBIGNIEW NOWAK

ul. Karpińskiej 16, 60-462 Poznań
tel. 618 172 206
www.komdruk.pl | mail: komdruk@wp.pl

NEUROLOGICZNY NIEPUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ

CENTRUM LECZENIA STWARDNIENIA ROZSIANEGO OŚRODEK BADAŃ KLINICZNYCH

im. dr n. med. Hanki Hertmanowskiej

- ✓ badania kliniczne w zakresie chorób neurologicznych i psychicznych
- ✓ kompleksowe, monitorowane leczenie stwardnienia rozsianego
- ✓ kompleksowe, monitorowane leczenie choroby Alzheimera
- ✓ kompleksowe konsultacje neuropsychologiczne
- ✓ konsultacje neurologiczne – trudne diagnostycznie zaburzenia i objawy neurologiczne: diagnostyka różnicowa, opracowanie programu leczenia, monitorowanie przebiegu choroby
- ✓ borelioza i zakażenia odkleszczowe w chorobach neurologicznych – diagnostyka i leczenie
- ✓ konsultacje psychiatryczne – diagnostyka, leczenie, porady
- ✓ konsultacje dietetyczne – diagnostyka, opracowanie planu żywienia

Zapraszamy:

62-064 Plewiska, ul. Fabianowska 40

Rejestracja telefoniczna (poniedziałek-piątek w godz. 10.00–16.00):

61-863-00-68 lub **506 444 900**

e-mail: neurologiczny.nzoz@gmail.com

www.hertmanowska.pl